



GÖTEBORGS UNIVERSITET
INSTITUTIONEN FÖR SOCIALT ARBETE

Upplevelser av att växa upp i en familj med alkoholmissbruk

*”/.../ jag ser på honom som två olika personer, min pappa som onykter och min pappa
som nykter. Jag kan nog inte se det på något annat sätt.”*

En kvalitativ studie om vuxna barn till alkoholister

Socionomprogrammet VT09

C-uppsats SQ1562

Författare: Erika Masson

Handledare: Annica Johansson

Abstract

Titel: Upplevelser av att växa upp i en familj med alkoholmissbruk *”/.../ jag ser på honom som två olika personer, min pappa som onykter och min pappa som nykter. Jag kan nog inte se det på något annat sätt.”* – en kvalitativ studie om vuxna barn till alkoholister.

Författare: Erika Masson

Centrala begrepp/nyckelord: ”Alkoholmissbruk”, ”stämpling” och ”vuxna barn till missbrukare”.

Syfte & problemområde:

Syftet med denna uppsats var att undersöka hur dagens vuxna barn upplevt deras uppväxt i en familj med alkoholmissbruk. Jag ville även studera hur dessa personers nuvarande livssituation såg ut, och hur den påverkats av den specifika uppväxten, med en missbrukande förälder.

Metod & material:

Studien är en kvalitativ intervjustudie, där empirin har samlats in genom intervjuer med fem vuxna barn till missbrukare. Materialet tolkades och problematiserades utifrån ett systemteoretiskt perspektiv med fokus på familjen, och stämplingsteori med fokus på individen.

Resultat & slutsatser:

I resultatet framkommer det att flertalet av informanterna blev varse om att någonting inte stod rätt till vid 8-9 års ålder. Gemensamt för nästan alla som barn var känslorna av skam och kluvenhet över situationen med en mamma eller pappa som missbrukar.

I fyra av fallen så fanns det en önskan om att fly eller hålla sig borta, men samtidigt en ambivalens gällande deras frånvaro, tre av dem kunde känna oro för föräldern eller syskon, medan den fjärde kände förväntningar på sig om ansvar i hemmet. Även känslor av ensamhet, utanförskap och dåligt självförtroende var typiska, känslor som kunde styrkas genom tidigare studier och kan eventuellt tolkas ses som representativa hos barn till föräldrar med alkoholmissbruk. Mycket av det som dessa barn upplevt kan kopplas samman, dels informanterna emellan, men även till de barn som beskrivs i den tidigare forskningen, och att det specifika är istället hur barnen reagerar på upplevelserna, än själva upplevelsen i sig.

Informanterna är idag nöjda med hur deras liv ser ut, och samtliga är övertygade om att deras erfarenheter av uppväxten med en mamma eller pappa med alkoholmissbruk påverkat dem i vissa val i livet, men är osäkra på i vilken grad. Det framkommer att vissa lever påverkade av uppväxten mer än andra. En som absolutist, en som nykter alkoholist och en som vet med sig att hon har svårt att lita på människor som sårat henne, och istället väljer bort dessa.

Jag har funnit att precis som de tidigare studierna visar så är den egna bearbetningen och acceptansen över det som hänt nödvändigt för att kunna försonas med den uppväxt man upplevt, och vad den kan tänkas ha orsakats med en missbrukande förälder.

Tack!

Jag vill räcka ut en stor tacksam hand till alla er underbara människor som ställde upp, och gav mig det materialet som jag behövde för att kunna skriva min uppsats. Jag är både tacksam till er, men också stolt över er, då valet av ämne kan tyckas vara svårt att prata om.

Annica, för att du som handledare, under uppsatsskrivandet hjälpt mig och försökt svara på de frågor som dykt upp under vägens gång.

Jag vill även tacka de människor som hjälpt mig i min svåra jakt efter intervjupersoner.

Ett sista tack till de personer som hjälpt mig i slutspurten, genom att ha tagit sig tid att läsa uppsatsen och komma med synpunkter, både negativa och positiva.

Erika

Innehållsförteckning

1 Inledning & Bakgrund	1
1.1 Inledning	1
1.2 Uppsatsens disposition	2
1.3 Syfte & frågeställningar	2
1.4 Avgränsningar	2
1.5 Centrala begrepp	2
2 Tidigare forskning	5
2.1 Woititz tretton karaktärsdrag	5
2.2 Barnens upplevelser och uppväxtvillkor	5
2.3 Missbrukets konsekvenser för barnen	6
2.4 Vuxna barn till missbrukare	7
3 Teoretiska perspektiv	7
3.1 Systemteoretiskt perspektiv	8
3.2 Stämplingsteorin	9
4 Metod	10
4.1 Val av metod	11
4.2 Urval	11
4.3 Tillvägagångssätt	12
4.3.1 Litteratursökning	13
4.4 Metodologiska reflektioner	13
4.4.1 Validitet	13
4.4.2 Reliabilitet & Generaliserbarhet	13
4.5 Etiska överväganden	14
4.6 Förförståelse	14
5 Resultat	15
5.1 Bakgrund & Uppväxten	16
5.2 Upplevelsen	18
5.3 Deras hälsa & mående	21
5.4 Deras livssituation idag	23
5.5 Relationen till den missbrukande föräldern idag	27
6 Analys	28
6.1 Bakgrund & Uppväxten	29
6.2 Upplevelsen	29
6.3 Deras hälsa & mående	31
6.4 Deras livssituation idag	33
6.5 Relationen till den missbrukande föräldern idag	34

7 Avslutande diskussion	36
8 Referenser	40
9 Bilagor	42
<i>9.1 Bilaga 1</i>	<i>43</i>
<i>9.2 Bilaga 2</i>	<i>44</i>

1 Inledning & Bakgrund

1.1 Inledning

Dagens forskning visar att alkoholbruket och riskkonsumtionen bland den vuxna befolkningen ökat senaste decenniet. Här inkluderas alla föräldrar till de barn som blir tvungna att leva med detta i sin vardag. Hur många barn som växer upp i sådana miljöer är svårt att fastställa då det beror helt på vart man sätter gränsen för när konsumtionen anses som problematisk.¹ Vissa beräkningar visar dock att i Sverige så kan det vara upp mot 200 000 barn som lever med en vuxen med alkoholproblem.² Det gemensamma för många av dessa barn är att de ofta får klara sig själva, och utan möjligheten att bara få vara barn.³

Att som barn kunna säga eller uttala orden ”min mamma/pappa är alkoholist” kräver ofta en lång och kämpig process, vanligtvis med en rädsla för att avslöja föräldrarnas hemlighet, men också en känsla av skam. Denna tid kan även präglas av just svårigheten att förstå hur man som barn och vuxen kan påverkas av detta och vad för konsekvenser detta har på ens egna liv.⁴ Kommer upplevelserna, tankarna och känslorna från när vi var barn påverka oss resten av livet?

Oberoende av vilken uppväxt människor har så är vi alla medvetna och reflekterande individer med förmågan att göra egna bedömningar och beslut. Men då vi alla är mänskliga individer så påverkas vi också olika av och i de situationer vi råkar ut för. Olika livsförhållanden, erfarenheter, insikter, händelser runtomkring oss och inuti oss, bidrar till att vi alla handlar som egna individer, ibland annorlunda än vad som är förväntat av oss.⁵ Att som barn växa upp i ett hem där en eller båda föräldrarna lever i ett aktivt alkoholmissbruk kan tänkas påverka barnet på många olika sätt. Chefsöverläkare Olof Ulwan skriver i boken om vuxna barn till alkoholister att forskningen om dessa utsatta barn visar att dessa lever i en stor risk att även bli de ”dömda barnen”. Om risken att dessa barn själva ska utveckla en beroendepersonlighet, dömda till en utveckling av eget missbruk och brist på tillit till människor i dess närhet.⁶ Idag vet vi att de finns en ökad risk att själv utveckla ett missbruk eller beroende om man vuxit upp med en missbrukande förälder, men värt att påpeka är att vi också vet att man inte alls behöver utveckla något beroende, och leva ett hälsosamt liv med ett sunt förhållande gentemot alkohol.

Att arbeta som socionom i det samhälle vi lever i, så kommer det alltid finnas områden och svårigheter som är svårare att förstå och handskas med än andra. Jag vill med denna studie öka förståelse för hur människor handskas med tuffa utmaningar, såsom att växa upp i en alkoholistfamilj. Avsikten med studien är att undersöka hur utsatta barn upplever barndomen, och om hur dessa utmaningar påverkar dessa människor i vuxen ålder.

¹ Individ och familjeomsorg, lägesrapport 2008, 19. SOU.se

² Frid. A. Hansen, red., *Barn i familjer med missbruksproblem*. (Lund: Studentlitteratur, 1995), 9.

³ Individ och familjeomsorg, lägesrapport 2008, 19. SOU.se

⁴ Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 51.

⁵ Magdalene Thomassen. *Vetenskap, kunskap och praxis: introduktion till vetenskapsfilosofi*. (Malmö: Gleerups Utbildning, 2007), 59.

⁶ Janet Geringer Woitütz. *Vuxna barn till alkoholister*. (Södertälje: Larsons förlag, 2002), 7.

1.2 Uppsatsens disposition

Här nedan kommer jag redogöra för uppsatsens disposition. I första kapitlet *Inledning & Bakgrund* inleder jag med en inledande diskussion, redogör för uppsatsens disposition, ger en introduktion till problemområdet och redovisar de utvalda frågeställningarna och centrala begreppen. Vidare presenterar jag *Tidigare forskning*, rörande barn och deras uppväxtvillkor i familjer med någon typ av alkoholproblematik och *Teori*, där jag redogör för vilka teoretiska perspektiv jag använt mig av vid analysen av det insamlade materialet. I fjärde kapitlet redovisar jag *Metod*-delen, där jag presenterar den valda forskningsmetoden som uppsatsen bygger på. Jag redogör för mitt urval, tillvägagångssätt och de olika metodologiska reflektionerna. Därefter presenterar jag *Resultatet*, där de olika intervjupersonerna presenteras, dels det sammanställda materialet från de utförda intervjuerna. Därefter kommer *Analysen*, som utförs på det tidigare sammanställda materialet, med hjälp av både den tidigare forskningen och de valda teoretiska begreppen. I sjunde och sista kapitlet presenterar jag den *Avslutande diskussionen*, där jag förkortat lyfter fram huvudresultaten genom att besvara uppsatsens frågeställningar, men även diskuterar rimligheten av uppsatsens slutsatser. Avslutningsvis redovisar jag mina referenser och bilagor, i form av intervjuguide och informationsbrev till informanterna.

1.3 Syfte & frågeställningar

Syftet med min studie är att undersöka hur dagens vuxna barn upplevt deras uppväxt i en familj med alkoholmissbruk. Jag vill även studera hur dessa personers nuvarande livssituation ser ut och hur denna har påverkats av den specifika uppväxten, med en missbrukande förälder.

- Hur upplever intervjupersonerna sin uppväxt med en missbrukande förälder?
- Har dina egna livsval påverkats av att växa upp i en familj med alkoholmissbruk?
- Hur ser relationen ut till den missbrukande föräldern idag?

1.4 Avgränsningar

I och med den begränsade tiden för studien så har jag avgränsat mitt antal intervjupersoner till fem personer. Då jag vill fördjupa mig i var och ens personliga upplevelser så kommer intervjuerna ta tid, både att genomföra, men även att skriva ner och analysera och presentera resultatet. En annan avgränsning är studiens fokus på endast vuxna barns upplevelser av att växa upp i en familj med en eller två alkoholiserade föräldrar och inte föräldrar med andra typer av missbruksproblematik.

1.5 Centrala begrepp

Under centrala begrepp kommer jag förtydliga de mest grundläggande begrepp som har betydelse för studiens förtydligande. Jag använder mig dels av definitioner från litteratur inom den sökta tidigare forskningen, men förklarar även hur jag som studiens utförare uppfattar och ser på de olika begreppen, och vilken innebörd dessa har på tolkningen av studiens resultat.

Alkoholmissbruk: Enligt juridisk mening definieras begreppet alkoholmissbruk, som "en från social eller medicinsk synpunkt skadlig, icke tillfällig användning av alkohol".⁷

Alkoholmissbruk som begrepp kan vara svårt att entydigt definiera då gränserna i många fall kan vara väldigt luddiga och olika från person till person. I boken "Barn i familjer med missbruksproblem" så skriver Hansen det att majoriteten av den vuxna befolkningen är brukare av alkohol, men av måttliga mängder.⁸ Lorvik menar att problemet uppstår först då alkoholförbrukningen avviker från de socialt accepterade normerna som råder.⁹ Det finns idag en omfattande kunskap om vad för konsekvenser alkoholmissbruket för med sig, både för den egna individen med dess fysiska och psykiska hälsa, såsom minskat immunförsvar, skrumplever och psykisk ohälsa, men också dess konsekvenser och följder för resten av familjen.¹⁰

I min uppsats använder jag mig inte av någon specifik definition av begreppet alkoholmissbruk, utan det är informanternas berättelser, och deras egna upplevelser och uppfattningar av att ha vuxit upp med en förälder med någon form av alkoholproblematik som sätts i fokus.

Stämpling: Begreppet "stämpling" har jag valt att beskriva utförligare då ordet stämpling inkluderas i en av de valda teorierna, "stämplingsteorin". Ett annat ord för stämpling, och som även är ett centralt begrepp inom stämplingsteorin är "stigma".¹¹

Många stämplingsteoretiker hävdar att stämpling inte bara är någonting som sker pga. handlingar – dvs. "det man gör", utan även pga. "det man är".¹² I detta fall som "barn till en alkoholmissbrukare".

"Stämpling" som begrepp i min uppsats utgår från den stämpel som antingen omgivningen bidrar med, eller den egna stämpel som den enskilda individen utsätter sig själv för, som "barn till en alkoholmissbrukare". D.v.s. om hur den egna individen ser på sig själv, och om hur den egna individen tror sig veta att omgivningen ser på honom/henne.

Vuxna barn till missbrukare/alkoholister: En definition av att vara ett vuxet barn till en missbrukare nämner Bengtsson och Gavelin i kapitlet om missbrukets konsekvenser för barnen. Där skriver de att "att vara vuxet barn till en missbrukare innebär att vara sårbar som ett barn". Men de nämner även att vara barn till en missbrukare förser en också med resurser som man skall ta tillvara på i vuxen ålder.¹³ En annan definition gör Janet Geringer Woititz när hon skriver om de "glömda barnen". Glömda av sina missbrukande föräldrar och av omgivningen, som inte vet vad de har gått igenom. Beskrivningar i boken förklarar att vuxna

⁷ (Nationalencyklopedin)

⁸ Frid. A. Hansen, red., *Barn i familjer med missbruksproblem*. (Lund: Studentlitteratur, 1995), 8.

⁹ Ibid. 18.

¹⁰ Ibid. 8-9, 15.

¹¹ Ted Goldberg, *Narkotikan avmystifierad: Ett socialt perspektiv*. (Stockholm: Carlsson Bokförlag, 1993), 130.

¹² Ibid. 132.

¹³ Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk*. (Visby: Books on Demand, 2004), 63.

barn till alkoholister saknar vissa av de baskunskaper och färdigheter som är nödvändiga för att kunna klara ett normalt vardagsliv. Man gissar sig helt enkelt till vad som är normalt.¹⁴

Under skrivandets gång blir min egen definition att vuxna barn till missbrukare är de som idag är vuxna, men under barndomen levt tillsammans med en eller flera föräldrar med någon form av alkoholproblematik. Dessa ”vuxna barn” har själva försonats med sitt ursprung och är medvetna om deras egen uppväxt, med en alkoholiserad förälder.

¹⁴ Janet Geringer Woititz. *Vuxna barn till alkoholister*. (Södertälje: Larsons förlag, 2002), 10, 17, 48.

2 Tidigare forskning

Här nedan kommer jag presentera relevanta tidigare studier rörande barn som vuxit upp i familjer med någon typ av alkoholproblematik. Jag kommer sedan under del 4 ”Resultat & Analys” ta hjälp av de presenterade perspektiven, tillsammans med de nedan utvalda teorierna, för att kunna analysera och tolka mitt insamlade material.

2.1 Woititz tretton karaktärsdrag

I boken ”vuxna barn till alkoholister” så vill Woititz framhäva vad det betyder att vara ett vuxet barn till en alkoholist. Genom en studie av individuella fall inom detta specifika område blev boken till. Hon uttrycker själv att detta är ett sätt för henne att dela med sig av de observationer och den information som hon samlat in efter möten med vuxna barn till alkoholister.¹⁵

I boken belyser Woititz olika typer av karaktärsdrag som hon funnit typiska för många vuxna barn som vuxit upp med missbrukande föräldrar. Värt att observera är att hon poängterar att dessa olika karaktärsdrag inte bara passar in på barn till alkoholmissbrukande föräldrar utan verkar även stämma in på andra barn som vuxit upp i olika typer av dysfunktionella familjer.¹⁶

1. *Vuxna barn till alkoholister gissar sig till vad som är normalt.*
2. *Vuxna barn till alkoholister har svårt att fullfölja ett projekt.*
3. *Vuxna barn till alkoholister ljuger när det vore lika lätt att tala sanning.*
4. *Vuxna barn till alkoholister dömer sig själva utan förbarmande.*
5. *Vuxna barn till alkoholister har svårt att ha roligt.*
6. *Vuxna barn till alkoholister tar sig själva på mycket stort allvar.*
7. *Vuxna barn till alkoholister har problem med nära relationer.*
8. *Vuxna barn till alkoholister överreagerar på förändringar som de inte har kontroll över.*
9. *Vuxna barn till alkoholister söker ständigt godkännande och bekräftelse.*
10. *Vuxna barn till alkoholister uppfattar sig själva som annorlunda.*
11. *Vuxna barn till alkoholister är extremt ansvarstagande eller extremt oansvariga.*
12. *Vuxna barn till alkoholister är extremt lojala, även mot dem som inte förtjänar det.*
13. *Vuxna barn till alkoholister är impulsiva. De har en tendens att ge sig in i situationer utan att först begrunda alternativa möjligheter eller tänkbara konsekvenser.*¹⁷

2.2 Barnens upplevelser och uppväxtvillkor

Woititz konstaterar att alla barn till alkoholister växer upp under likartade förhållanden. Det finns olika skillnader, men att det som händer och det som ett barn upplever sker i stort sett på likartade sätt i alla alkoholisthem. Och även om händelserna skiljer sig åt så tyder observationerna på att händelserna ger samma konsekvenser. Hon skriver att skillnaderna

¹⁵ Janet Geringer Woititz. *Vuxna barn till alkoholister*. (Södertälje: Larsons förlag, 2002), 13-18.

¹⁶ Ibid. 15-16, 22-23.

¹⁷ Ibid. 22-23.

snarare ligger i hur vi reagerar på en upplevelse, än på upplevelsen i sig.¹⁸ En värdefull startpunkt i processen för ett barns bearbetning av att växa upp i en familj med missbrukproblematik är just medvetenheten. Att inte förneka mammas eller pappas missbruk, utan istället skaffa sig en realistisk bild av föräldern. Att kunna säga att ”så här är det, sån är min mamma, ibland dricker hon, ibland inte”. Bengtsson och Gavelin påpekar att många barn och tonåringar de mötte i deras studie ännu inte hade kommit till den ofta ”svåröverkomliga” punkten, och istället uttryckte ett absolut hat eller en absolut kärlek gentemot sin förälder.¹⁹

I Bengtssons och Gavelins studie uttryckte många av barnen ett obehag av att deras mammor och pappor kunde förvandlas till någon helt annan mitt framför ögonen på dem. Att ha två mammor eller två pappor, en som är vanlig och en som är skrämmande och full.²⁰ Mortensen skriver att denna förvandling hos föräldrarna skapar ett konfliktyllt förhållande till den missbrukande föräldern. De tycker om och respekterar föräldern när han eller hon är nykter, men samtidigt är de rädda och hatar föräldern när han eller hon är full.²¹ Typiskt för de stunder föräldern varit berusad uppstår bråk mellan föräldrar eller föräldrar och barn. Studierna visar att barnen ofta beskrivit bråken som något värre än missbruket. Bråken för ofta med sig hot om skilsmässa, vilket får barnen att ofta försöka medla mellan de båda föräldrarna. Medan för en del barn blir hotet ett hopp om att få komma ifrån den missbrukande föräldern.²²

Många barn i alkoholistfamiljer upplever en känsla av skuld, att det hela är ens eget fel. Woititz nämner det att barnen kunde känna sig i vägen, känna att de inte utförde de sysslor man skulle på rätt sätt, men framförallt kunde en upplevelse vara att det var något fel på en själv, som barn. Att om jag hade varit ett bättre barn till mina föräldrar så skulle de inte dricka så mycket.²³ Hon skriver att barnen kunde känna sig fångade i en fälla, att man inte har någon annanstans att ta vägen. Man hade en uppgift och den bestod av att ta hand om sina föräldrar. Woititz informanter berättade att de kunde uppleva en oro gentemot sina föräldrar, om vad som pågick där hemma i deras frånvaro, vilket resulterade i att det var svårt att vara hemifrån, om så bara för en natt. Under uppväxten och när barnen växte till sig och blev allt äldre så utvecklades istället tankar på att flytta hemifrån, att fly eller att bara hålla sig undan.²⁴

2.3 Missbrukets konsekvenser för barnen

”När uppför sig ett barn inte längre som ett barn?

Svar: När det lever med alkoholismen.”²⁵

Detta skriver Woititz i sin bok om vuxna barn till alkoholister. Hennes observationer visar att barn som lever i en familj med alkoholproblem tenderar att ta på sig olika roller. Kan vara rollen som problembarnet, den som bär på symptomen av att någonting inte står rätt till i

¹⁸ Ibid. 27.

¹⁹ Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 59.

²⁰ Ibid. 53.

²¹ Olav Mortensen. ”Barns reaktioner på föräldrarnas missbruk” i Frid. A. Hansen, red., *Barn i familjer med missbruksproblem*. (Lund: Studentlitteratur, 1995), 39.

²² Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 53.

²³ Janet Geringer Woititz. *Vuxna barn till alkoholister*. (Södertälje: Larsons förlag, 2002), 28-29.

²⁴ Ibid. 28-31.

²⁵ Ibid. 25.

familjen, eller rollen som vuxen, med ansvar för både hushåll, syskon och föräldrar.²⁶ Hjälploshet, maktlöshet och besvikelse är tre vanliga känslor hos ett barn med en missbrukande förälder. Även Bengtsson och Gavelins studier påvisar barnens tendenser av att ta på sig ansvaret för sin förälders missbruk. Ännu vanligare är att barnen ofta tror att de kan förhindra föräldrarnas missbruk genom olika handlingar, som i nästan alla situationer visar sig vara helt verkningslösa. Detta ansvar som barnen lägger på sig själva innebär ofta att dessa barn inte tillåter sig leva sitt eget liv och de håller sig istället hemma, för att inte mista kontrollen.²⁷

Undersökningar visar att barn till missbrukare påvisar en större risk att utveckla olika typer av problem såsom ångest, dålig självbild, skolproblem, depressioner och missbruk.²⁸ Alla former av missbruk har en tabubelagd stämpel över sig och att växa upp i en familj med alkoholmissbruk påverkar inte bara missbrukaren, utan hela familjen. Vanligt förekommande är att hela familjen upplever missbruket som skamligt och alla familjemedlemmar, även barnen gör allt för att förhindra att den hemska familjehemligheten läcker ut, vilket innebär att barnet ofta lever i en tystnad och isolering för att skydda sig själv och den egna familjen. Skammen finns inte bara över föräldrarnas missbruk, utan även omständigheterna som den ofta kan orsaka, att ens förälder är annorlunda än andras föräldrar eller att hemmet under berusningsperioderna ofta kan vara stökigt och kaotiskt.²⁹

2.4 Vuxna barn till missbrukare

”Att vara vuxet barn till en missbrukare innebär att vara sårbar som ett barn”.³⁰ Bengtsson och Gavelin uttrycker det som att det som barnen inte fick som barn saknar de ofta som vuxen. Det kan handla om relationsproblem, problem med självförtroende, svårigheter att säga nej och svårigheter på arbetsplatsen och tillit. Men de skriver även att med god hjälp så går det även att försonas med sitt ursprung, att vara medveten om vad man har varit med om och sörja det som varit och fokusera på nuet. De tidigare studierna visar att många vuxna barn söker sig till vårdyrken, vilket kan bero på att de redan tidigt i livet lärt sig att vårda och i vuxen ålder vill ge andra möjligheter som man själv inte fått. Detta för inte alltid med sig något positivt, utan kan även utvecklas till ett upprepningstvång där man ständigt får återuppleva svåra minnen och överidentifierar sig med den man möter och inte kan se till den personens individuella behov. Ett råd är att se till att själv bearbeta sina egna upplevelser från barndomen innan man försöker hjälpa andra.³¹

3 Teoretiska perspektiv

Jag vill med mitt val av teorier försöka belysa och problematisera hur informanterna upplevt och påverkats av uppväxten i en missbrukarfamilj utifrån ett systemteoretiskt perspektiv. Där

²⁶ Ibid. 25-26.

²⁷ Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 54-56.

²⁸ Olav Mortensen. ”Barns reaktioner på föräldrarnas missbruk” i Frid. A. Hansen, red., *Barn i familjer med missbruksproblem*. (Lund: Studentlitteratur, 1995), 35.

²⁹ Frid. A. Hansen, red., ”Barns reaktioner på föräldrarnas missbruk” i *Barn i familjer med missbruksproblem*. (Lund: Studentlitteratur, 1995), 43-44.

³⁰ Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 63.

³¹ Ibid. 63-64.

informanten är en del av ett större sammanhang, som en individ i en familj och dess omgivning, och hur individen upplevt och förhållit sig till de gränser och de roller som en familj innefattar. Å andra sidan så vill jag gå närmare in och belysa informanterna som individer, och med hjälp av stämplingsteorin försöka beskriva hur dessa personer upplevt uppväxten med en alkoholiserad förälder utifrån ett mer individinriktat perspektiv. Med hjälp av de utvalda teoretiska perspektiven så hoppas jag att det empiriska materialet ska bli lätt överskådligt och förståeligt, samt inbjuda till analys och reflektion.³²

3.1 Systemteoretiskt perspektiv

Grundtänkandet bakom det systemteoretiska perspektivet kan urskiljas långt tillbaka i tiden med Aristoteles ord ”helheten är större än summan av delarna”.³³

Anderson m.fl. betonar att systemteorin kräver att vi inte använder oss av antingen ett holistiskt³⁴ eller ett atomistiskt³⁵ synsätt, utan att vi istället interagerar de olika synsätten för att kunna uppmärksamma både de sociala och de personliga aspekterna i varje social situation, och även urskilja hur dessa olika aspekter samverkar med varandra och integreras till en helhet.³⁶

Payne skriver att man brukar urskilja två olika typer av systemteorier inom socialt arbete. Den första beskrivs som den generella systemteorin, med fokus på det biologiska perspektivet, där alla organismer betraktas som olika typer av system. Teorin tillämpas således på både sociala system och biologiska system och dess värde ligger alltså i att den använder sig av helheter mer än endast delar eller detaljer av en persons individuella eller sociala beteende, såsom många andra teorier gör.³⁷ En familj som ett system kan se ut på många olika sätt. Den generella systemteoretiska idén grundar sig på att systemet innehåller diverse gränser. Dessa gränser kan vara mer eller mindre tydliga, vilket visar sig då de olika familjesystemen kan vara mer eller mindre slutna eller öppna system. För att ett system skall kunna hållas vid liv och fungera korrekt så krävs det att systemet tillåter ett inflöde och utflöde.³⁸ Just denna balansgång kan vara svår att bibehålla. Och vissa mänskliga system pga. olika orsaker, såsom exempelvis fysiskt handikapp eller ett socialt stigma, vilket antingen kan vara påtvingat eller självvalt, lever i mera avskärmade och slutna system. Rädslan eller känslan av att vara annorlunda, att bli identifierade som en avvikare och med all den skam som detta medför bidrar till att man då väljer att hålla sig på säker mark, med en avskärmning gentemot omgivningen. Detta leder till att den verklighet och den uppfattning man bildar sig får en alltmer missvisande karaktär, genom att den grundar sig till största delen av det man får se och uppleva inom det slutna systemet. Familjen stelnar i alltmer låsta mönster och opåverkbara i deras sätt att leva.³⁹

³² Erika Masson & Åsa Magnusson. ”Sysselsättning och livsvillkor för arbetslösa ungdomar med försörjningsstöd”. B-uppsats, V-07.

³³ Oscar Öqvist, *Systemteori i praktiken* (Stockholm: Gothia, 2008), 9.

³⁴ Åsikt enligt vilken helheten är något mer än summan av delarna. Dess motsats: "logisk atomism". (Nationalencyklopedin).

³⁵ Atomism kan även beteckna ett synsätt där en helhet beskrivs som en sammansättning av på ett visst sätt ordnade beståndsdelar. (Nationalencyklopedin).

³⁶ Malcolm Payne, ”Systemperspektiv och ekologiskt perspektiv” i *Modern teoribildning i socialt arbete* (Stockholm: Natur & Kultur, 2008), 211.

³⁷ Ibid. 213.

³⁸ Ibid. 213-217.

³⁹ Oscar Öqvist, *Systemteori i praktiken* (Stockholm: Gothia, 2008), 49-55.

Den enskilda familjen ses som ett socialt system, där familjen fungerar som ett system och där delarna i detta system, alltså familjemedlemmarna, påverkar och påverkas av varandra. Det krävs därför också att gränserna mellan systemets olika plan upprätthålls. Tydliga gränser mellan de olika rollerna inom familjesystemet, där barnen har en roll och där föräldrarna har en annan. I icke-fungerande familjesystem så kan dessa gränser suddats ut och rollerna kan förväxlas.⁴⁰ I en ”normal” familj är barnets roll att vara barn, men i en missbruksfamilj så kan t.ex. gränserna för hur rollerna skall vara uppdelade suddats ut och barnet får en roll med mera ansvar för både hushåll, föräldrar och syskon, medan föräldern intar rollen som den omhändertagna.

Den andra ekologiska modellen har sin utgångspunkt utifrån idén att ”helheten har alltid företräde framför delarna.”⁴¹ Ett huvudtema inom den ekologiska systemteorin är Germain och Gittermans livsmodell, utformad för det sociala arbetets praktik. Den grundar sig på människornas och omvärldens ömsesidiga beroende av varandra och även dess relation.⁴² Då vi lever i ett ständigt förändrande samhälle, så krävs det av människan att även den ska anpassa sig till detta.⁴³ Ett annat exempel kan ses hos familjesystemet, där de olika familjemedlemmarna måste anpassa sig efter varandra, och efter de normer och regler som gäller inom systemet, men även efter de normer och regler som råder i det samhälle de lever i. Då den ekologiska modellen lägger stor fokus på helheten istället för dess delar, så ser man inte på individen som en ensam varelse, utan alltid i samstämmighet med dess omgivning. Här spelar alltså nätverket en stor betydande roll.⁴⁴

3.2 Stämplingsteorin

Redan från födseln så lär sig människan om de rådande normerna och reglerna i samhället som man lever i. Dels genom att observera hur vår omgivning för sig, men också om hur omgivningen reagerar på vårt eget beteende, lär vi oss om vad som är rätt och fel, om vad som anses som accepterat och vad som anses som annorlunda och inte lika accepterat.⁴⁵

Stämplingsteorins filosofi behandlar hur samhället och omgivningen stämplar avvikande beteenden och stigmat. Den egna självbilden spelar en viktig roll för att kunna stå emot samhällets förtryck. Processen kan leda till att individens självbild raseras, och den egna viljan överröstas av omgivningens stämpling, men kan även orsaka en införlivning av de rådande normer som råder t.ex. i en missbrukarfamilj.⁴⁶ För att lättare förstå stämplingsprocesser och avvikande beteenden har man bl.a. använt symbolisk interaktionistisk teori. Det finns bl.a. ett samband mellan interaktionismen och Goffmans

⁴⁰ Ibid. 14.

⁴¹ Ibid. 27.

⁴² Malcolm Payne, ”Systemperspektiv och ekologiskt perspektiv” i *Modern teoribildning i socialt arbete* (Stockholm: Natur & Kultur, 2008), 221.

⁴³ Oscar Öqvist, *Systemteori i praktiken* (Stockholm: Gothia, 2008), 28-29.

⁴⁴ Ibid. 31-33.

⁴⁵ Ted Goldberg, *Narkotikan avmystifierad: Ett socialt perspektiv*. (Stockholm: Carlsson Bokförlag, 1993), 131.

⁴⁶ Malcolm Payne, ”Socialpsykologi och social konstruktion” i *Modern teoribildning i socialt arbete* (Stockholm: Natur & Kultur, 2008), 248-249.

idéer om hur vi formas av samhället. Hur roller formas av sociala förväntningar och etikettering dvs. stämpling >>labelling<<.⁴⁷

Goldberg har utvecklat en egen stämplingsteoretisk modell där även han betonar processens betydelse inom stämplingsteorin. En process bestående av en rad negativa reaktioner från omgivningen. Omgivningen definieras bestående av signifikanta andra, såsom föräldrar och andra närvarande människor. Det är bl.a. genom sina föräldrar som man börjar forma sin egen självbild, vilket sedan utvecklas i och med ständigt nya möten med andra människor. En person med en negativ självbild har delvis formats av sina signifikanta andra, dvs. dennes föräldrars respons och reaktioner.⁴⁸ Att växa upp i en familj med en missbrukande förälder kan därför påverka barnets egen självbild, om hur barnet uppfattar sig själv och om hur omgivningen uppfattar denna.

Föräldrars stämpling, av barn:

Min mor älskar mig

Jag mår bra

Jag mår bra därför min mor älskar mig

Jag är bra därför att jag mår bra

Jag mår bra därför att jag är bra

Min mor älskar mig därför att jag är bra

Min mor älskar mig inte

Jag mår dåligt

Jag mår dåligt därför hon inte älskar mig

Jag är dålig därför att jag mår dåligt

Jag mår dåligt därför jag är dålig

Jag är dålig därför hon inte älskar mig

*Hon älskar mig inte därför att jag är dålig.*⁴⁹

Payne nämner att människor som blivit utsatta för stämpling eller stigmatisering i tidigare ålder, kan på senare dar bryta den isolering som stämplingen medför, genom ett ömsesidigt stöd och genom att dela med sig om de erfarenheter som rör detta. Att vuxna barn till missbrukare exempelvis berättar om sina egna erfarenheter av stämpeln av att vara just "ett barn till en missbrukande förälder". Att ömsesidiga samtal om t.ex. känslor av skam och sorg eller om deras egna uppfattningar om självkänsla och ensamhet kan vara positivt och eventuellt bidra till att bryta isoleringen. Det är viktigt att påpeka att stämplingen är en process som pågår under ett längre tidsperspektiv, och kontentan är att det är samhället som skapar avvikare, dvs. att avvikare är något man blir, inte något man är.⁵⁰

4 Metod

⁴⁷ Ibid. 248-249.

⁴⁸ Ted Goldberg. *Narkotikan avmystifierad: Ett socialt perspektiv*. (Stockholm: Carlsson Bokförlag, 1993), 135-136

⁴⁹ Ibid. 137.

⁵⁰ Malcolm Payne. "Empowerment och företräderskap" i *Modern teoribildning i socialt arbete* (Stockholm: Natur & Kultur, 2008), 428.

4.1 Val av metod

Då jag söker den egna subjektiva synen på upplevelser av att ha vuxit upp som barn i en familj med alkoholmissbruk så har jag valt att använda mig av en kvalitativ insamlingsmetod. Det direkta mötet som uppstår mellan mig som intervjuare och den intervjuade, vare sig det är via möte eller telefon, ger oss båda möjligheten till en ömsesidig och fördjupande diskussion.⁵¹ För att få svar på de frågor som studien sökte använda jag mig av ett antal forskningsintervjuer. Syftet med den kvalitativa forskningsintervjun är att framhäva och förstå världen såsom den intervjuade uppfattar den och liknar mer ett vardagligt samtal, dock med hjälp av en intervjuguide som inbegriper ett antal teman med ett antal underfrågor.⁵²

Jag har använt mig av en temainriktad intervjuguide, med förutbestämda delteman med en rad mer eller mindre detaljerade underfrågor. De utvalda teman och frågorna följer en röd tråd och framställdes i hopp om att få fram den information och de svar som undersökningen söker. Mina teman består av informantens bakgrund, med fokus på ålder, kön och ursprungsfamilj. Nästa tema följer upp uppväxten och egna upplevelser, med fokus på föräldrarnas missbruk, minnen av missbruket, dess roll i familjen, relationer och psykiska eller fysiska problem. Tredje temat lägger fokus på informantens livssituation idag, med underfrågor såsom; Hur ser ditt liv ut idag? Hur har du påverkats psykiskt av att växa upp i en familj med alkoholmissbruk? Tror du att dina egna val genom livet har påverkats av att ha växt upp med en förälder med alkoholmissbruk? Och hur ser din relation ut till dina föräldrar/syskon idag? Har du accepterat deras missbruk?

Då forskningsintervjun tekniskt är en halvstrukturerad⁵³ intervjumetod så användes inte intervjuguiden som en bestämd mall. Jag kunde välja att bryta mönstret och hoppa mellan de olika temana. Intervjuguiden användes främst till att lättare få en överblick av det som var relevant för studiens syfte, men också till att lämna plats för både öppna frågor och följdfrågor under samtalets gång.

4.2 Urval

Urvalet bestämdes utifrån vad jag ville få reda på. Då det är upplevelsen av att växa upp i en familj med alkoholmissbruk som jag sökte så blev det naturligt för studiens syfte att välja informanter som idag var vuxna barn till alkoholmissbrukare. Att välja ”vuxna barn” har sina intentioner i att jag ville undersöka upplevelsen av att ”ha vuxit upp” i en alkoholistfamilj, men även ”hur detta påverkat individens livsval”. För att få reda på detta krävdes att informanterna idag är vuxna. Urvalet består av fem personer, med en bred åldersvidd. Informanterna är mellan 27 till 63 år gamla, med en bakgrund som barn till en alkoholiserad förälder. Det kan påpekas att urvalet endast består av kvinnor, vilket kan påverka slutresultatet av studien. Mina informanter valdes ut bl.a. genom snöbollsmetoden, där den intervjuade gav mig tips om andra som kan intervjuas.⁵⁴ Andra valdes även ut genom bekantskap till mig men även efter tips ifrån andra bekanta. Metoden för urvalet har sin grund i att ämnet för studien kan uppfattas som känsligt. Men även då människor som vuxit upp i en familj med alkoholmissbruk vanligtvis inte uppmärksammar detta i en större grad och att finna dem kan vara svårt.

⁵¹ Karin Widerberg. *Kvalitativ forskning i praktiken*. (Lund: Studentlitteratur, 2002), 16.

⁵² Steinar Kvale. *Den kvalitativa forskningsintervjun*. (Lund: Studentlitteratur, 1997), 32.

⁵³ Ibid. 32.

⁵⁴ Karin Widerberg. *Kvalitativ forskning i praktiken*. (Lund: Studentlitteratur, 2002), 177.

4.3 Tillvägagångssätt

I början av uppsatstiden så tog jag kontakt med informanterna via mail eller telefon, med en förfrågan om att delta i en C-uppsatsstudie angående upplevelser av att växa upp i en familj med alkoholmissbruk. Jag informerade informanterna om studiens syfte, och var även tydlig med att intervjudeltagarna var medvetna om att deltagandet var frivilligt och att de när som helst kunde avbryta intervjun eller deltagandet. Två intervjuer genomfördes i min dåvarande bostad, medan tre intervjuer genomfördes via telefon. Intervjuerna varade mellan 40 minuter till två timmar. Samtliga intervjuer spelades in, dels för att jag skulle undvika att gå miste om någon värdefull information och dels för att jag under redovisningen av resultatet ville ha möjligheten att använda mig av citat. Att intervjuerna spelades in meddelade jag alla informanter om i början av kontakten. Trots att jag spelade in intervjuerna så gjorde jag även små minnes anteckningar under samtalets gång, främst som en säkerhetsåtgärd om tekniken skulle fallera.⁵⁵ Innan utförandet av intervjuerna tog jag god tid på mig att konstruera en intervjuguide som hjälp för att komma ihåg de olika områden som jag ville belysa under samtalet. Widerberg menar att intervjuguiden inte behöver följas till punkt och pricka, utan kan mer fungera som en översiktlig hjälp, då man inte vill göra alltför strukturerade intervjuer, men ändå hålla sig till ämnet.⁵⁶ Intervjuguiden var uppdelad efter tre förutbestämda delteman med fokus på de områden som förhoppningsvis skulle hjälpa mig besvara uppsatsens frågeställningar.⁵⁷

Efter varje intervju så kommer jag sätta mig ner med datorn, anteckningar och bandspelaren för att skriva ut den bandade intervjun till en skriftlig text för att bättre passa in inför analysen.⁵⁸

Vid analys och tolkning av materialet så tar jag hjälp av ett hermeneutiskt synsätt, där utgångspunkten ligger i att försöka använda tolkningen som den huvudsakliga forskningsmetoden.⁵⁹ Vad ser jag? Och vad innebär det? Jag kommer inte söka efter den absoluta meningen bakom deras ord, utan istället försöka tolka det som sagts för att sedan söka förståelse och mening. Det är genom min förförståelse och vissa förväntningar som tolkningen och förståelsen av materialet har sin utgångspunkt.⁶⁰

Utifrån de teman som ingår i intervjuguiden, och vilka har styrt samtalen, så kommer jag även dela upp presentationen av resultatet tematiskt. Jag kommer dock utveckla mina teman och lägga till ett antal nya. Dels för att lättare kunna få en överblick av resultatet, men också för att tydligare kunna svara på de frågor som studiens syfte och frågeställningar söker. Jag kommer redovisa resultatet och analysen i två olika kapitel, med uppdelade underrubriker i form av de teman som finns i intervjuguiden. För att öka känslan av autenticiteten, men också försöka upptäcka mönster och ett sammanhang i resultatpresentationen så kommer jag

⁵⁵ Ibid. 93.

⁵⁶ Ibid. 99.

⁵⁷ Ibid. 99.

⁵⁸ Steinar Kvale. *Den kvalitativa forskningsintervjun*. (Lund: Studentlitteratur, 1997), 155.

⁵⁹ Karin Widerberg. *Kvalitativ forskning i praktiken*. (Lund: Studentlitteratur, 2002), 26.

⁶⁰ Magdalene Thomassen. *Vetenskap, kunskap och praxis: introduktion till vetenskapsfilosofi*. (Malmö: Gleerups Utbildning, 2007), 185.

använda mig av olika citat, tagna från intervjuerna, och vilka passar in i de olika förutbestämda temana.⁶¹

4.3.1 Litteratursökning

Inledningsvis använde jag internet som sökmotor för att hitta relevant litteratur till uppsatsens ämne. Jag sökte främst genom Göteborgs universitetsbibliotek och vidare genom ett antal olika databaser, med sökorden: alkoholmissbruk, barn, uppväxt, stämplingsteorin och systemteorin. Jag fann ett antal artiklar, som sedan förde mig vidare till ett antal böcker och avhandlingar. Jag har även lånat litteratur från Göteborgs och Uppsalas universitetsbibliotek.

4.4 Metodologiska reflektioner

4.4.1 Validitet

Med validitet så avses att man undersökt det man hade som syfte att undersöka, och inget annat.⁶² Som forskare måste man förhålla sig kritisk till sin analys och ifrågasätta sina egna resultat. Man måste även validera om den använda metoden anses som lämpligast för att studera det som varit tilltänkt att studera.⁶³

Då studiens syfte var att undersöka hur dagens vuxna barn upplevt deras uppväxt i en familj med alkoholmissbruk och hur dessa personers nuvarande livssituation ser ut och hur denna har påverkats av den specifika uppväxten, med en missbrukande förälder, så ansåg jag att en kvalitativ forskningsmetod vara den mest passande. Jag anser att mina intervjuer givit mig den information som jag behövt för att kunna svara på studiens syfte och de tillhörande frågeställningarna. Jag får känslan av att informanterna har tagit studien och intervjuerna på allvar och givit mig seriösa och fullständiga svar. Detta anser jag har stärkt studiens validitet.

4.4.2 Reliabilitet & Generaliserbarhet

Inom kvalitativ forskning ställs studiens tillförlitlighet gällande intervju, utskrift och analys i centrum, dvs. man mäter studiens reliabilitet.⁶⁴ Jag är medveten om att studiens reliabilitet kunde förstärkas med hjälp av ett större antal intervjuer, men på grund av tidsbristen så hade detta varit en omöjlighet. Trots detta så tror jag att reliabiliteten är tillräckligt god, och att informanterna är representativa för hur vuxna barn till alkoholmissbrukare kan uppleva sin uppväxt i stort, oberoende ålder eller tidsskillnad, då åldersskillnaden är stor bland informanterna. Värt att diskutera kan även vara typen av frågorna, att det just är tillbakablickande frågor som ställts och att jag förlitar mig på minnen som kan ha lagts tillrätta säkert fler än en gång under livet. Här får man beakta informanternas ålderskillnad, vilket kan påverka dagens minnen och upplevelser i olika faser. Vidare, det är ju inte heller självklart att man som vuxen vet vad det är i barndomen som påverkat vad i vuxenlivet.

Jag som intervjuare måste även vara medveten om min egen roll som intervjuare, då det alltid finns en risk för mig som intervjuare att påverka svaren positivt eller negativt genom min närvaro i form av ordval, men även kroppsspråk vid det direkta möt.⁶⁵ Då ett två av

⁶¹ Karin Widerberg. *Kvalitativ forskning i praktiken*. (Lund: Studentlitteratur, 2002), 150-151.

⁶² Steinar Kvale. *Den kvalitativa forskningsintervjun*. (Lund: Studentlitteratur, 1997), 215.

⁶³ Ibid. 218-220.

⁶⁴ Ibid. 213.

⁶⁵ Ibid. 146.

informanterna var av mig redan kända, så måste även detta beaktas angående studiens tillförlitlighet. Jag tror dock inte att detta har påverkat studien negativt, utan jag ser på det istället som en fördel med ett möjliggörande för öppenhet och en större bekvämlighet under intervjusammanhanget. En annan detalj som borde beaktas är mitt urval, då det endast är kvinnor som intervjuats. Man kan fråga sig om resultatet hade sett annorlunda ut om de intervjuade varit män.

4.5 Etiska överväganden

Precis som Widerberg beskriver är det etiska ansvaret stort vid kvalitativ forskning och det bör genomsyra alla led i forskningsprocessen som en röd tråd. Den etiska hänsynen är och bör vara central för utformningen av forskningen.⁶⁶ Vid utformandet av intervjuguiden så reflekterade jag mycket kring etik och moral. Jag ville vara säker på att jag inte överskred informanternas integritetsgränser med de valda temana och frågorna, utan istället skapa ett förtroende genom att visa lyhördhet och respekt, och därmed också inbjuda till ett ömsesidigt samtal. Vid intervjutillfället började jag med att presentera mig själv samt beskriva syftet med intervjuerna och min uppsats. Jag informerade om anonymitet, frivillighet och de etiska riktlinjer som vetenskapsrådet givit ut, det vill säga informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet.⁶⁷ Jag beskrev hur intervjun var upplagd, med olika teman och ett antal mer detaljerade underfrågor. I slutet av varje intervju frågade jag samtliga informanter om de var något de ville tillägga eller ändra, och om jag som intervjuare kunde återkomma om det skulle uppstå några ytterligare frågor eller funderingar. Som intervjuledare måste även jag själv se till att inte pressa mina informanter till att avslöja mer än vad de själva känner sig bekväma till att göra. När man studerar ett ämne som detta, vilket kan uppfattas som känsligt i vissa ögon, så måste jag respektera den egna subjektiva integriteten hos mina informanter. Det finns alltid en risk bland kvalitativa intervjuer att man utelämnar sig mer än vad man ibland borde, antingen i våra eller sina egna ögon som informanter.⁶⁸ För att leva upp till dessa tidigare nämnda krav så har jag på bästa sätt försökt att anonymisera och avidentifiera informanterna under redovisningen av resultatet. Och för att undvika förhastade avslöjanden gav jag mina informanter möjligheten att höra av sig i efterhand om de kände att det kan ha avslöjat något alltför utpekande eller att ett uttalande kan uppfattas på fel sätt. För att säkra integriteten vidare så har jag enligt bästa förmåga låtit mina informanter ta del av det färdigställda materialet innan inlämningen, men pga. svårigheter att få tag i alla informanter så har detta endast kunnat göras med fyra av fem informanter. För att säkra den egna integriteten så har jag när jag tyckt att viss information eller vissa uttalanden varit alltför utpekande gentemot individen, men ändå viktiga att ta med, försökt anonymisera och generalisera påståendet till gruppen istället för till den specifika individen.⁶⁹

4.6 Förförståelse

Då det är jag, som forskare, som leder studien och styr dess olika riktningar och styr över dess innehåll så måste jag själv vara medveten om min egen förförståelse och hur jag påverkas och påverkar intervjuerna, utskriften och analysen, dvs. hela forskningsprocessen. Mitt val av

⁶⁶ Karin Widerberg. *Kvalitativ forskning i praktiken*. (Lund: Studentlitteratur, 2002), 12

⁶⁷ Vetenskapsrådet.

⁶⁸ Karin Widerberg. *Kvalitativ forskning i praktiken*. (Lund: Studentlitteratur, 2002), 40.

⁶⁹ Ibid. 41.

ämne för studien har påverkats av mina egna intressen för socialt arbete och utsatta barn, men även av de erfarenheter jag själv har av människor i min omgivning som vuxit upp i familjer med någon form av alkohol eller drogproblematik. Jag vet med mig att min egen förförståelse inom ämnet kan påverka studien, och att det är viktigt att jag håller mina egna åsikter och förväntningar utanför bearbetningen av materialet. Denna medvetenhet hos mig ser jag istället som en fördel, med ökad förståelse och hänsyn till mina informanter och deras berättelser.

5 Resultat

I detta kapitel kommer redovisningen av de fem forskningsintervjuer som jag utfört i samförstånd med de vuxna barn som vuxit upp med en missbrukande förälder.

Utifrån de teman som ingår i intervjuguiden, och vilka har styrt samtalen, så kommer jag även dela upp presentationen av resultatet tematiskt. Jag har dock utvecklat temana och lagt till ett antal nya. Dels för att lättare kunna få en överblick av resultatet, men också för att tydligare kunna svara på de frågor som studiens syfte och frågeställningar söker. För att öka känslan av autenticiteten, men också för att lättare upptäcka mönster och ett sammanhang i resultatpresentationen så kommer jag använda mig av olika citat från intervjuerna. Intervjupersonerna har i resultatredovisningen avidentifierats och presenteras med hjälp av fiktiva namn.

5.1 Bakgrund & Uppväxten

Moa är idag 27 år, hon är född och uppvuxen i mellersta Sverige, där hon växte upp med sin mamma, pappa och halvsyster från mammans sida. Hon hade även en halvsyster från hennes pappas sida på annan ort. När Moa var i 8 års ålder förändrades hennes familjebild då hennes mamma gick bort, och hennes liv förändrades drastiskt. Moa och hennes pappa flyttade ifrån hennes halvsyster och flyttade ut på landet och in till hans nya partner och hennes dotter, hennes dåvarande styvmor och styvsyster. Moa berättar att det var nog då som problemet uppstod och henne pappa började dricka.

”/.../ eller jag upptäckte det inte förrän då... men han hade nog en ganska osund inställning till det även när vi var en hel familj.”

Hon beskriver sin vardag som att hon kom hem, åt och gick sedan upp på sitt rum.

Eftersom hon inte trivdes hemma så försökte hon ibland hålla sig borta, och under en period under högstadiet bodde hon mer eller mindre hos en av sina bästa vänner. Hon berättar att hon nog var väldigt beroende av sina vänner, men att det oftast var hon som fick ta sig till dem. Det var sällan vännerna ville komma hem till henne, inte på grund av missbruket utan hon tror att det berodde nog mer på hur stämningen var där hemma, och även svårigheterna med att de bodde avsides.

”Vi bodde ute på landet, och jag kunde inte ta mig så lätt till kompisar... man kunde cykla eller ta moppe, så man kunde ju inte ta sig långt. Man kunde sällan få skjuts eftersom han ofta hade druckit.”

Trots drickandet så hände det att hennes pappa skjutsade henne ändå, och de gångerna var hon alltid medveten om att han hade druckit.

Liv är 29 år och är född och uppvuxen i en mellanstor stad i Sverige, där växte hon upp tillsammans med sin mamma och pappa i stor villa. Hon vet med sig att hon har två halvbröder som hon aldrig träffat. Under hennes uppväxt jobbade hennes pappa mycket vilket resulterade i att han var mycket borta.

”Det var mest jag och min mamma, pappa var nästan aldrig hemma.”

Hon beskriver sin uppväxt som väldigt bekväm, och ser på sig själv som ganska bortskämd, och behövde sällan hjälpa till hemma.

Liv berättar att hon inte hade speciellt många kompisar under uppväxten, utan hade istället en bästa vän som hon umgicks mycket med, och hennes kusin som bodde i samma område.

”/.../ det hindrade nog mig ganska mycket, men jag tog hem kompisar ibland ändå. Fast jag hade nog gjort det mer, om det sett annorlunda ut.”

Hennes pappas drickande var ingen hemlighet för omgivningen, grannarna och släkten visste om det. Men Liv valde att själv inte prata om det i skolan eller med sina vänner. Det var först i gymnasiet och i samma veva som hon fick sin första pojkvän som hon började prata om det.

Sanna är 49 år gammal, hon är född och uppvuxen i mellersta Sverige tillsammans med sin mamma och pappa. Hennes pappa har alltid haft ett alkoholmissbruk, det blev en del av hennes vardag. Hon beskriver sin vardag så som att hennes pappa kom hem vid fyra från jobbet, medan hennes mamma kom hem senare. Hennes pappa hade oftast hunnit dricka lite innan mamma kom hem, och på grund av hans svartsjuka så resulterade det oftast i bråk. Hon beskriver sin hemsituation som ganska ensam, men samtidigt att hon var ganska bortskämd.

”Pappa var ju alltid snäll mot mig... och jag behövde ju inte ta hand om någonting hemma.”

Hon vet själv inte om hon for så illa på grund av hennes hemsituation. Hon beskriver sig själv ha haft en roll som barn. Men att när hon fyllde 14 så började hon vara ute allt mera och släppa loss, ordentligt. Det var även i samma period som hon själv började testa på alkohol. I samma veva började hon skolka ifrån skolan. Hon beskriver att hon inte ville vara där, och fortsatte vara borta till de vuxna kom på henne.

”Det var nog en revolt mot allt å alla... såklart att när det blev mycket bråk hemma så tog man till olika metoder för att protestera.”

Emma är 27 år gammal, hon är född och uppvuxen i en mindre stad där hon växte upp tillsammans med sin mamma, pappa och två småsyskon. När Emma fyllde 12 år separerade hennes föräldrar och hennes mamma flyttade då ihop med en annan man. Relationen mellan hennes föräldrar beskriver hon som väldigt jobbigt till en början, men att de alltid gjorde så gott de kunde för att allt skulle bli bra för barnens skull. Emma och hennes syskon bodde växelvis hos hennes mamma och pappa. Hon beskriver att hon levde som alla andra barnen, gick till skolan, kom hem, gick till kompisar eller pojkvänner. När Emma var i 13-14 års åldern så kulminerade hennes mammas drickande och det var då hon först började lägga märke till det, Emma försökte för det mesta hålla sig borta, ibland kan hon önska att hon hade stannat hemma mera och tagit mera ansvar för sina småsyskon.

Anne är 63 år gammal, hon är född och uppvuxen i Sverige. Hon växte upp tillsammans med sin mamma, pappa och tre syskon. Annes pappa hade sitt alkoholmissbruk sen långt innan hon föddes. Under hennes uppväxt var hennes pappa mycket borta med jobbet. Anne hade förväntningar på sig att hjälpa hennes mamma med alla hushållssysslor. Hon var äldst och den som skulle vara duktig hemma, medan hennes bröder hade förväntningar på att göra karriär. Hennes pappas alkoholmissbruk var inget som de pratade om utanför familjens gränser. Skolan och omgivningen visste om det, men det hyschades ner.

”Dom förstod inte vad det var. Dom hade ingen erfarenhet... klappade mig på huvudet och sa att men pappa din är ju snäll iallafall. Ingen såg hur man egentligen hade det.”

5.2 Upplevelsen

Moa beskriver att hon upplevde uppväxten med sin missbrukande pappa och hans nya familj som problematisk. Hon kunde ofta känna sig utanför, främst på grund av hennes relation till styvmmodern och styvsystern. Hon kände sig orättvist behandlad och var ofta besviken på sin pappa för att han inte stod upp för henne. Hon kunde känna att han nog helst av allt ville att hon skulle anpassa sig, vänja sig vid hur det var nu och sluta klaga och gnälla.

”Jag hoppades alltid att det skulle bli bättre... att han skulle bry sig.”

Moa berättar att relationen gentemot hennes styvmamma var fruktansvärd och att hon ofta kände sig som en ovälkommen trollunge, ett bevis på att hennes pappa hade haft ett tidigare liv. Relationen till styvsystern var inte bättre den heller då hon beskriver att de knappt pratade med varandra. Då hennes pappa var berusad fanns det ingen för henne. Den enda personen som fanns för henne var hennes halvsyster från hennes pappas sida.

”Hon var verkligen mitt stöd... hon stod upp för mig, hon tog många, många gräl med pappa gällande hur dom behandlade mig.”

Hon var mycket hemifrån, och ett år bestämde hon sig för att inte fira jul hemma. Hon berättar att det var ett svårt beslut och att det kändes jobbigt då hon inte ville svika honom då hennes mamma hade gått bort och hon kände att hon var ju allt han egentligen hade kvar, mer eller mindre.

”Det var lite klivet, man var arg och besviken, men samtidigt så behövde man honom och ville att allt skulle vara bra.”

En annan upplevelse av uppväxten och hennes pappas missbruk beskrivs som pinsam. Hon berättar att hon ofta hörde honom i skåpen, och hon visste då att han skulle dricka. Helgerna var värst, och när de hade fest så visste hon att det skulle sluta med att hennes pappa blev för full. Hon ville att han skulle skärpa till sig, sluta ljuga henne rakt upp i ansiktet och förstå vad han håller på med. Hon säger själv att hon förstod nog inte vad alkoholmissbruk innebär, speciellt förnekelsebiten.

”När andra föräldrar, på föräldrar/skolträffar, med klassen, så hade andra föräldrar med sig läsk, medan pappa hade med sig folköl, till sig själv.”

För att skydda sig själv berättar Moa att hon ofta stängde in sig själv, försökte hålla sig undan. Hon flydde till vänner, främst för att skydda sig rent känslomässigt.

Hon berättar att hon först inte uppfattade hennes pappas missbruk som någon allvarligt. Att det var nog inte förrän hon var i 20 års ålder och hennes pappa flyttade ifrån styvmmodern och flyttade in hos henne och hennes dåvarande pojkvän som hon förstod hur allvarligt det egentligen var och kunde acceptera det som ett missbruk och en sjukdom.

Liv är säker på att hennes pappas alkoholmissbruk funnits länge, långt innan hon föddes, men hon förstod nog inte att det var något problem förrän hon var 7-8 år. Liv och hennes familj bodde i samma område som hennes pappas släkt, där även där fanns alkoholmissbruk. Hon tror att det var i och med det, och även första tiden i skolan, som gjorde att hon upptäckte det. Med tanke på att det fanns runtomkring henne så anser hon själv att hon ändå upplevde det som ganska normalt.

”Det har alltid varit så, jag har inte vetat nått annat.”

Hon berättar att hennes pappa aldrig agerade utåt när han var onykter, inte heller i nyktert tillstånd. Hon kan inte minnas en enda gång när han varit arg på henne. Hon tror han hade dåligt samvete för att han drack, då han ofta köpte nya saker till henne hela tiden. Hon säger att om han var arg på någon så var det på mamma och hon kan känna att det är nog ganska ovanligt att inte få en enda tillsägelse av sin pappa. Men hon tror nog att det var likadant för hennes del. Om hon var arg över något så gick det alltid ut över hennes mamma. Hon förklarar att hennes mamma har fått ta på sig mycket, hon fanns alltid kvar och lämnade honom aldrig. Hennes pappa talade ofta om för hennes mamma om allt hon gjorde fel, så Liv tror att hennes mamma tagit på sig mycket skuld för det som hennes pappa har gjort. Hon tror att detta gjort att hon själv inte känt att det är hennes fel.

”/.../ man skäms ju själv för det som någon annan gör... men man får ju ta ett eget ansvar för det man gör. Jag är ju inte mina föräldrar!”

Liv kan minnas att hon försökte med olika strategier för att få honom att sluta dricka. Hon kan minnas att hon var väldigt arg på honom en period, men det funkade inte. Så då försökte hon vara snäll istället, men det visade sig inte fungera det heller.

”/.../ jag försökte å försökte å försökte å försökte, men det hjälpte ju inte, ingenting hjälpte”.

När hon fyllde tretton så bestämde hon sig för stanna hemma och inte följa med hennes föräldrar på någonting. Hon minns att hon skämdes så över att vara med dem, så hon ville hellre sitta hemma, hon mådde bättre då förklarar hon.

Sanna beskriver att upplevelsen av hennes pappas alkoholmissbruk inte var så jobbig, utan att det istället var bråken mellan hennes mamma och pappa som uppstod på grund av alkoholen som kändes jobbiga. Hon minns av sin pappa som väldigt svartsjuk, och när han tog till spriten så blev det värre. Sannas första minnen från hennes pappas missbruk är runt 8-9 års ålder. Hon tror sig ha förträngt mycket av den tiden. Ett speciellt minne är från när hon var 10 år gammal och hennes mamma och pappa hade ett ordentligt gräl, och då hennes mamma tillslut hotade med att lämna honom. Sanna minns själv av det som att hon blev arg på sin mamma på grund av hotet och bad på sina bara knän att han inte skulle flytta. Hon ville ha sin pappa kvar, det spelade ingen roll hur mycket han drack. Sanna tyckte hon fick mera tillbaka av sin pappa än av sin mamma, rent känslomässigt.

”Jag tyckte mamma var elak mot pappa. Jag kan förstå henne nu, men kunde inte det då.”

Hon minns av sin uppväxt som väldigt ensam. Hon började i ung ålder hålla sig borta allt mer och mer. Hon berättar att hon började umgås med äldre killar, hon tror själv att hon sökte efter

någonting. Men samtidigt säger hon att kunde känna en oro för sin pappas skull, och ville därför vara hemma och ha koll, så att han inte gjorde någonting dumt, som att sätta sig i bilen onykter.

"Jag försökte nog fly... Jag ville inte vara hemma och ta det... speciellt på helgerna."

Emma minns inte riktigt när hennes mamma först började dricka, men tror att det var ganska tidigt. Hennes första minnen av att det fanns något problem var i 13-14 års ålder. Hon minns av hennes mammas drickande som något som skedde på kvällarna, i hennes ensamhet instängd på sovrummet. Emma berättar att hennes mamma oftast var nykter på dagen och gick och skötte sitt jobb, men började märka att det blev värre vissa perioder, med mer och dricka och oftare.

"Tillslut var det i stort sett varje dag."

Emma berättar att hon ofta höll sig borta, antagligen för att det skulle bli för jobbigt att ta tag i det. Hon uttryckte en känsla av att hon blev kvävd när hon var hemma. Och med tanke på att hon var borta så mycket som hon var så tror hon att hennes små syskon blev lidande. Hon säger att det känns jobbigt, att hon inte tog mer ansvar hemma. Men samtidigt så vet hon inte hur mycket ansvar hon skulle kunna ta, utan att hon själv skulle bli lidande och sjunka lågt. Hon beskriver en känsla av sorg, att stundtals inte ha en mamma, en mamma som många av hennes vänner hade, där de hade mor och dotter dagar.

"När hon var nykter så var det jättebra, hon var och är en underbar människa. Men när hon var full så ville man inte vara nära, man ville inte blanda sig i det, för man visste att då började man bara bråka, och allt blev så jobbigt."

Tidigt i hennes mamma alkoholmissbruk sökte sig Emma bort, hon hade många vänner och alltid en pojkvän. Hon berättar att hon ofta bytte vänner. Hon vet inte riktigt varför, men tror att det kan ha att göra med att hon oftast inte vågade ta hem någon.

"/.../ man var osäker på vad som hände, hur det såg ut? Om hon skulle vara full eller nykter."

Hon förklarar att det blev alltid på deras villkor. Om hon hade kunnat bjuda hem dem, så kanske de hade blivit bättre vänner.

Inom familjen så pratade de ofta om hennes mammas drickande. De hade familjemöten där hennes mamma lovade att bättra sig. Under en period kunde man märka av en skillnad, men tillslut så blev det som vanligt igen. Hon beskriver en hopplöshet, att man tröttnade tillslut. Emma visste att hennes mammas drickande inte berodde på henne, hon visste att det var hennes mamma som valde detta. Hon tror att detta hjälpte henne acceptera situationen, och att kunna bearbeta det hela på ett bra sätt.

"Jag hade så lätt för att lätta mitt hjärta."

Anne uttrycker sig ha väldigt starka upplevelser ifrån barndomen, med många minnen. Hon upplever sin uppväxt med en alkoholiserad pappa som otäck, kaotisk och otrygg. Hon har ett

speciellt minne från när hon var i 4 års ålder och hennes pappa kom hem efter en tids arbete. Hon minns att hennes pappa var berusad och hennes mamma vägrade släppa in honom. Han slog då sönder en ruta och skadade sig. Hon blev mycket rädd, och tyckte mycket synd om sin mamma.

”Han skällde mycket på mamma, när han var full.”

Men när han var nykter så kunde hon uppleva honom som en väldigt bra och omtänksam pappa. Och trots alla svåra tider och barnens stöd, så valde hennes mamma att stanna kvar hos hennes pappa. Anne tror att de tyckte mycket om varandra, trots alla hemskheter som missbruket var boven till.

Anne berättar att hon skämdes otroligt mycket som barn, speciellt inför sina vänner. Hon visste att alla visste.

”Det fanns ju såna där fyllegubbar som satt på särskilda ställen... och där fanns ju min pappa”.

Anne fick klara sig mycket själv när hon var ung. Familjen levde ganska isolerat och umgicks aldrig med andra familjer. Hon kände sig mycket utanför, och hon minns att hon aldrig fick någon hjälp med skolan hemifrån, då hennes mamma hade sitt och hennes pappa var antingen för full eller arg för att han inte hade någon sprit. Hon förklarar att hon var mycket sjuk när hon var liten, hon hade astma, och kunde därför inte alltid vara i skolan och hamnade ofta efter. Hon minns att hennes pappa kallade henne missfoster när hon var yngre. Idag vet hon med sig att han antagligen var nervös, för att hon var sjuk. Att han antagligen inte kunde hantera hennes sjukdom. Trots detta kunde Anne ändå se att familjemedlemmarna hade en ömsesidig respekt för varandra.

Anne var hängiven medlem i scouterna när hon växte upp, och vilket tog mycket av hennes tid. När det var som värst hemma så flydde hon. Hon var mycket ute i skogen, och cyklade ofta långa sträckor, allt för att undvika att vara hemma.

”/.../ jag flydde hemmet helt enkelt.”

5.3 Deras hälsa & mående

Moa berättar att hon alltid haft problem med magen, och att det kan bero på en oro som hon alltid bar med sig. När hon ser tillbaka på sig själv under tonåren så ser hon en väldigt mörk tjej, en väldigt ledsen tjej med fruktansvärt dåligt självförtroende och med många avgrunds djupa depressioner, där allt bara var pest och pina. Hon berättar att det fanns stunder då hon funderade över vilket sätt som var bästa sättet att ta livet av sig, då man inte orkade mera och all lust hade försvunnit.

”Tittar man tillbaka i gamla dagböcker så är det verkligen hemskt, när man läser och känner dom dära känslorna igen... beskrivningar om vad som hände.”

Moas äldre halvsyster från pappans sida beskrivs vara en de viktigaste stötte pelarna under barndomen och uppväxten. Trots att det fanns ett avstånd på 15 mil mellan dem så berättar Moa att hon ofta pratade med hennes syster. Hon nämner även sina vänner som ett stort stöd, framförallt sin bästa vän från högstadiet, som var en person som hon kunde anförtro sig åt under de svåraste tiderna.

”Jag har alltid varit ganska öppen. Det bara rinner ur mig. Det är nog nått sätt för mig att bearbeta det.”

Inte förrän i 20 års ålder, berättar Moa att hon först fick professionell hjälp. Det var under den period som han flyttade in hos henne och hennes pojkvän. Hon kom till gräns, när hon inte längre visste hur hon skulle handskas med sin pappa och hans ökande drickande. Innan hade det hela varit en familjehemlighet, där ingen av familjemedlemmarna fått någon hjälp. Hon säger att alla blundat för det, att det inte fanns något problem.

Liv berättar att hon hade väldigt dåligt självförtroende när hon var yngre, och att det är någonting som hon kämpar med även idag. Hon säger att allra värst var någon gång under högstadiet. Det var mycket på en och samma gång. Hon skämdes över sin pappa, hon hade höga krav på sig själv och hon tappade kontakten med sin bästa vän. Hon började gå ner mycket i vikt. Hon beskriver själv att hon blev nästan manisk när det gällde vikten. Hon berättar att under gymnasietiden så fixade hennes mamma hjälp åt henne och hon fick prata med en psykolog. Hon upplevde att alla andra som var där var så sjuka och undrade vad hon själv gjorde där. Under de samtal som hon hade kan hon inte minnas att de gick något djupare in på hennes situation hemma, att hennes pappa drack.

”Jag gick inte många gånger, det kändes inte bra... var fel personer.”

Liv berättar att hon alltid har haft hennes mamma som stöd under hela hennes uppväxt. Hon berättar att hon alltid kunnat prata med henne om hur hon mådde och när hon var arg på sin pappa. Hennes mamma har hjälpt henne mycket under hennes matproblematik.

”Vi har kommit jätte, jätte nära varann... jag berättar ALLT för min mamma.”

Sanna började i tidig ålder fly alltmer bort från hemmet. Hon berättar att hon träffade äldre killar och började själv ta till alkoholen precis som sin pappa. Hon ville komma bort så fort som möjligt och flyttade hemifrån vid 17 års ålder.

Hon vet med sig att hennes självförtroende började svikta, och hon beskriver det som om hon skulle känt av en oro, att det var något som fick henne att må dåligt. Hon kan inte riktigt sätta fingret på det, men är ganska säker på att det har någonting med hennes pappas osunda förhållande till alkohol att göra. Hennes pappas drickande var någonting som stannade inom familjen, det pratades aldrig med någon om det. Det sågs som väldigt tabu, och hon kan inte minnas att hon någon gång fått någon hjälp.

”Som jag kommer ihåg så pratade vi inte ens om det inom familjen.”

Emma minns att det var en period då hon hade väldigt mycket ont i huvudet. Hon beskriver att det fanns perioder då hon inte alls mådde bra, och kände att inte allt stod riktigt rätt till hos henne själv. Hennes självförtroende är okej, ibland väldigt bra och ibland sämre.

”Jag kunde samtidigt alltid prata om det... prata av mig... så det gick aldrig så djupt.”

Hon hade en samtalskontakt med en kurator under en period. Hon beskriver att hon alltid har haft det, och har fortfarande väldigt lätt för att öppna sig och prata om sina känslor, både med

vänner och vuxna i hennes omgivning. Vilket enligt henne säkerligen har räddat henne genom många stunder.

Anne har funderat på om astman skulle kunna vara psykosomatisk⁷⁰, då hon vet med sig att hon hade många psykiska problem under uppväxten. Hon kände sig mycket utanför, missförstådd, ensam, värdelös och självkänslan var fruktansvärd dålig. Hon fick inte hjälp med sina problem förrän i vuxen ålder, då hon började i terapi. Hon har jobbat otroligt mycket med hennes självkänsla, och självförtroende. Hon beskriver det som bottenlöst under barndomen.

"Den fanns inte när jag var ung, jag trodde aldrig någon skulle kunna älska mig... det var främmande."

5.4 Deras livssituation idag

Moa lever idag tillsammans med sin sambo och deras gemensamma hund i en villa ute på landet. Hon har utbildat sig på universitetsnivå och arbetar sedan några år tillbaka i en närliggande stad. Hon berättar att hon alltid haft höga krav sig, inte bara från sig själv utan även från hennes pappa. Oavsett om han hade druckit så hade han höga krav och starka principer. Och detta säger hon har etsat sig fast i henne, och finns med henne även idag, att man måste göra rätt för sig, med både utbildning och jobb.

"Jag har det jättebra, jag är nöjd med mitt liv, jag har lyckats bra, jag trivs jättebra med min sambo, har en bra relation till min syster och vänner omkring mig... så jag mår jättebra."

Idag, förklarar Moa, att hon har lärt sig förstå att alkoholmissbruk är en sjukdom och att den enda som kan hjälpa en missbrukare är missbrukaren själv och att de själva måste förstå att de har ett problem. Hon har en annan syn på människor idag, tack vare hennes uppväxt. Hon kan förstå att det kan finnas något bakomliggande om någon betar sig konstigt och är också mer uppmärksam på hur andra dricker, men framförallt på hennes egen relation till alkohol. Hon uttrycker en rädsla över vad drickandet kan resultera i. Hon tycker det kan vara kul, och dricker för att ha roligt. Men hon är ändå vaksam på hur hon dricker, och när hon dricker, och kan bli orolig när hon märker att hon ibland kan reagera annorlunda än vad andra gör, att det kan bli för mycket ibland.

"Jag dricker inte när jag e ledsen, dränker inte mina sorger i det... det är nog viktigt att hålla sig ifrån det... att inte använda det som en tröst... utan jag dricker för att ha roligt."

Moa har i mångt och mycket fått klara sig själv under uppväxten, vilket hon anser bidragit till att hon idag är lite mer självständig, samtidigt som hon är väldigt trygghetssökande. Hon nämner att hon inte har så starka rötter, vilket fått henne att flytta på sig för kärlekens skull. Relationen till hennes äldre halvsyster är otroligt viktig, och att relationen kanske är lite tätare än många andra syskonrelationer. Hon förklarar att hennes syster ibland kan vara mer som hennes lill-mamma istället för syster. Moa har idag sagt upp all bekantskap med styvfamiljen.

⁷⁰ kroppsligt sjukdomstillstånd som orsakas, vidmakthålls eller förvärras av psykiska faktorer. (Nationalencyklopedin).

Hon uttrycker en rädsla över att inte människor som hon träffar ska tycka om henne, och väljer bort människor hon inte känner sig kunna lita på.

”Är det någon vän som gör mig besviken så har jag väldigt svårt att förlåta.”

Hon förklarar att hon håller sig till en liten krets som hon verkligen kan släppa in istället.

De erfarenheter som hon bär med sig av att ha vuxit upp med en missbrukande förälder, har enligt Moa hjälpt henne kunna se bakgrunden hos människor, att inte ta förgivet att alla har samma förutsättningar som en själv. Hennes självförtroende har blivit mycket bättre, även om det tog en lång tid för henne att bygga upp det. Hon kämpar med att inte lägga någon skam över sig själv för att hennes pappa drack. Och säger att det fortfarande kan vara svårt att ta plats och be om hjälp. Hon uttrycker en lycka över sin livssituation idag.

”Jag lär mig att tycka mer och mer om mig själv.”

Liv lever idag tillsammans med sin sambo och sitt barn i en villa i en förort i östra Sverige. Hon berättar att hon är nöjd med sitt liv så som det ser ut idag. Hon ska precis börja jobba igen efter en tid ifrån jobbet och känner en spänning inför detta. Hon säger sig alltid varit en sådan person som tar på sig mycket, och har svårt att säga nej. Hon tror att detta kan bero på hennes dåliga självförtroende. Men hon förklarar att hon har börjat tänka om sedan hon fick barn, och prioriterar helt andra saker nuförtiden. Hon hoppas att detta håller i sig, så hon inte tar ut sig igen på jobbet, med lägre och mera realistiska krav på sig själv.

Liv har aldrig varit den som dricker mycket alkohol eller ofta, och har heller aldrig varit rädd för att själv utveckla ett alkoholmissbruk, utan hon är själv mera orolig för att tappa kontrollen över sin tidigare problematik med maten.

”Det är ju nått som aldrig riktigt går över.”

Hon jämför hennes pappas alkoholmissbruk med hennes egen matproblematik, och tycker det är så onödigt, och att det ska behöva gå så långt innan man fattar. Men hon tror att så länge hon är ärlig gentemot sig själv och sina nära och kära så kommer hon klara det. Hon kan känna att ju längre tiden går, desto bättre känns det.

”Om man tar alla tillfällen som finns att prata om det, så tror jag att man bearbetar det hela på ett annat sätt.”

Liv berättar att hon idag mår bättre och jobbar på sitt självförtroende, men att det fortfarande kan påverka henne än idag. Förr när hon träffade nya människor så kunde hon ofta känna att han eller hon inte tyckte om henne. Nu i efter hand kan hon säga till sig själv att vem är ”jag” att kunna bestämma det. Även vid nya möten idag kan hon komma på sig själv med sådana känslor och tankar.

”/.../ och är man inte medveten om det så tror man att alla hatar en.”

Liv tror att hennes pappas alkoholmissbruk och den uppväxt som detta innebär har fört med sig att hon har haft väldigt höga krav på själv. Hon har lärt sig att hon kan ta hand om sig själv. Hon gav aldrig upp och hennes envishet fick henne att plugga vidare på universitet, den första i slkten. Hon förklarar också att hennes uppväxt har gett henne en medvetenhet, som

kanske inte alla har. Och en förståelse för hur det kan vara, och att uppskatta det man har. Hon säger att idag kan hon själv göra valen att inte närvara vid släktträffar eller bjudningar där det dricks mycket, och hon har gjort ett val om att aldrig låta hennes barn uppleva det som hon själv upplevt.

Liv kan idag känna en sorg, för många andra barn som lever i liknande eller värre förhållanden, med en eller två föräldrar som dricker. Hon förklarar att det ligger så henne så nära, och att hon kan förstå och vill hjälpa, genom att stödja olika typer av organisationer.

Sanna lever idag tillsammans med hennes sambo, sitt yngsta barn och hund i en lägenhet i västra Sverige. Hon beskriver sitt liv idag som bra, och berättar att hon har haft sina perioder där hon har druckit, men att hon idag lever ett nyktert liv och satsar på det som får henne att må bra. Hon tror sig ha blivit påverkad av hennes pappas alkoholmissbruk, men kan inte riktigt säga till vilken grad. Hon vet med sig att hon har ett temperament och i många situationer har svårt att säga nej. Hon säger själv att hon drack för att fly. Hon har idag fått hjälp för sitt egna alkoholmissbruk och har fått en insikt om att det är någonting väldigt svårt, liknande en sjukdom. Hon är medveten om att hon kommer få leva med det resten av sitt liv, fast i nyktert tillstånd. Idag ser hon på alkohol som något som passar för andra, men inte för henne själv, det kan ställa till med alldeles för mycket besvär. För henne kom det till en sådan gräns att hon blev sjuk. Hon skulle kunnat skita i allt och välja att inte bry sig, precis som sin pappa gjorde. Men Sanna gjorde valet att sluta, att gå vidare, medan hon tror att hennes pappa såg på det som någonting väldigt svart.

”Jag hade ju mycket att leva för... jag hade alla möjligheter i hela världen.”

När hon ser tillbaka på det val hon har gjort här i livet så tror hon att hennes beslut om att skaffa barn tidigt har med hennes pappas alkoholmissbruk att göra. Hon trodde att det skulle få hennes pappa att ta lite ansvar, och bry sig om sig själv och vilja vara med. Hennes pappa blev mycket sjuk och fanns bara där för hans barnbarn de första barndomsåren. Sanna säger att hennes uppväxt med en pappa som dricker och att ha upplevt ett eget alkoholmissbruk har gett henne en annan förståelse för hur människor fungerar.

”Jag har ju gått igenom det, vet vad det handlar om. Att livet kan vara väldigt svårt ibland, men också att man inte ska skylla ifrån sig... utan ta tag i sitt liv om man mår dåligt.”

Emma lever idag tillsammans med sin fästman, som hon älskar och trivs med, och deras gemensamma barn, i en bostadsrätt i en mellanstor stad. Emma är nöjd och trivs med sitt liv så som det ser ut nu.

Emma tror att hennes uppväxt har gjort henne svagare på många punkter, men det har också gjort henne mycket stark. Till stor del på grund av att det har löst sig, att hennes mamma idag lever ett liv som nykter, och att deras relation är bättre än någonsin.

Hennes egen syn på alkoholmissbruk är att det är någonting oundvikligt. Att det finns där, runtomkring oss alla, och att det är så lätt att hamna där. Hon tror hon har utvecklat en större

förståelse för barn som man träffar i sitt yrke, och kan märka om det finns något missbruk inom familjen.

”Att jag på nått sätt vet... hur den människan kan känna sig.”

Själv dricker hon nog precis som vem som helst. Hon säger sig dock vara medveten om vad alkoholen kan leda till, då hennes mamma och andra människor runtomkring råkat illa ut. Om hur lätt man kan trilla dit.

”Man har sett vilka konsekvenser som det kan ge... därför aktar jag mig, man tänker efter.”

Emma tror inte de stora livsvalen har påverkats av att ha vuxit upp med hennes mamma som dricker, men att ett val hon gjorde var att flytta iväg när hon skulle börja på universitet. Det tror hon att hon gjorde för att komma ifrån allt ett tag, att stå på egna ben. Hon tror att vissa val påverkats av uppväxten medan andra inte, omedvetet eller medvetet.

Hon berättar att hon har svårt att säga ifrån, att gå emot strömmen. Hon är rädd för konflikter, om det inte handlar om människor i hennes närhet. Detta tror hon inte har någonting med hennes uppväxt att göra, utan mer om hur hon är som person. Men hon berättar att från när hon var liten så har hon alltid gått in för att alltid ha någon. Hon har alltid sökt sig till en relation, då hon inte mått bra av att vara ensam. Hon tror att detta har med hennes uppväxt att göra.

”Det är nog både ett sökande efter bekräftelse och ett sökande av gemenskap... att känna mig behövd och älskad.”

Anne är gift sedan många år tillbaka med en fantastisk man, som har hjälpt henne mycket genom åren och han får henne att känna trygghet. Hon trivs bra med sitt liv, med sig själv. Till en viss del ser hon på sin uppväxt som en tillgång. Hon har lärt sig allt om ödmjukhet, och har upplevt att saker och ting kan vara problematiska.

”Jag känner mig väldigt tillfreds och försonad med det som varit.”

Hon är absolutist, och har gjort ett val att aldrig dricka alkohol. Hon säger att det valet beror mycket på hennes tid i scouterna som ung och då hon tog ett nykterhetslöfte. Hon beskriver även att hon aldrig känt någon dragning till alkohol, att detta antagligen beror på hennes uppväxt. Hennes grundinställning är att alkoholismen är något väldigt onödigt. Hon kan känna en oerhörd sorg för det.

”Jag kan se bakom alkoholismen, jag kan se människan bakom... utan några fördömanden.”

Anne har alltid identifierat sig väldigt mycket med en alkoholistfamilj. Hon levde länge med ett ständigt behov av bekräftelse och trygghet. Vill bli som alla andra, väldigt traditionsbunden, då det är något som hon saknat hela barndomen. Hon beskriver att hon anpassar sig lätt och är väldigt plikttrogen.

”Jag gick in i väggen vid en period. Skulle vara duktig, klara av allt, visa. Min ledstjärna var ”anpassa”, men det har jag släppt idag... idag kan jag vara annorlunda.”

Hon tror att många av de val som hon gjort under livet påverkats av att ha vuxit upp med hennes alkoholiserade pappa. Hon har tagit ett val att avstå ifrån alkohol, hon är obenägen att

ta risker och vill bara göra sådant som hon vet att hon klarar av. Ett av de allra tydligaste valen är hennes vilja att hjälpa andra människor, eftersom hon har haft det svårt själv, och har utbildat sig där efter.

"Uppväxten är som en grund i mig som jag alltid utgår från. Den det har danat min personlighet. Jag känner mig nyfiken varje dag, på vilka möten jag får vara med om. Jag känner mig tacksam... för att jag kunnat bearbeta det och gå in med det med öppna ögon... och inte känna skam."

5.5 Relationen till den missbrukande föräldern idag

Moas pappa gick bort för några år sedan efter en tids sjukdom, och hon berättar att idag har hon helt och hållet accepterat och förlåtit sin pappa för hans missbruk.

"Det började jag nog göra innan han dog... när jag var runt 20 år åldern".

Hon beskriver att hon kan finna en slags ro i att han är borta. På slutet var hennes pappa mycket dålig och det var hos henne han sökte hjälp. Moa ställde verkligen upp för sin pappa och öppnade sitt hem för honom. Hon har accepterat hela situationen och förklarar att hon tillslut förstod att det inte fanns nått mera hon kunde göra, att hennes pappa var sjuk. Oavsett hur han var så älskade hon honom, och detta menar hon är hennes ständiga försvar gentemot den skammen man kan känna.

Liv tror att hennes pappa alltid varit medveten om att han har ett alkoholproblem, även om han aldrig erkände det. Hon berättar att han förändrats mycket, vilket kan bero på att han är sjuk och inte kan leva så som han har gjort senaste åren. Hon kan känna att han börja ångra mycket som han gjort och sagt, framförallt gentemot hennes mamma.

"jag tycker det där är jobbigt, på ett sätt så hatar man sin pappa, men på ett annat så älskar man honom".

Hon kan känna att hennes pappa är två olika personer, en som är nykter och en som är onykter. Hon kan känna sig kluven många stunder när det gäller hennes känslor gentemot honom. Ibland tycker hon synd om honom, men sen finns det en annan sida av henne som vet att han själv har valt det liv han lever. Idag finns hennes pappa fortfarande med i hennes liv, men utan någon större delaktighet. Hon förklarar att han är väldigt sjuk och dricker fortfarande, fast i mindre mängd. Han tycker det är jättekul med barnbarn, och i och med att han nu fått en elrullstol som hjälpmedel så kan han idag oftare komma på besök, men på hans eget villkor, med möjligheten att åka hem när han vill och känner för det, dock alltid före hennes mamma. Liv tror att han nog hellre stannar hemma, där han kan dricka. Hon tror att det har att göra med abstinensen. Hon försöker uppmuntra honom till att sluta dricka, även om hon till viss del känner på sig att det inte kommer ske någon större förändring. Liv förklarar att det alltid har varit så här, och hon har inte vetat något annat.

"Jag har inte förlåtit honom helt, men är inte heller något jag tänker på så ofta".

Sanna förklarar att hon länge förnekade sin pappas problematik gentemot alkoholen och det var inte förrän hon själv fick barn som hon började acceptera det. I och med att hennes pappa blev sjuk på grund av drickandet så började de prata om det inom familjen. Hon försökte prata med honom om det och få honom att sluta dricka. Hon förstår nu i efterhand att han på något sätt inte ville sluta, att han mådde nog så dåligt i sig själv så han bara ville fly ifrån det.

”Jag bad ju honom att sluta dricka när han blev sjuk, men han lyssnade inte.”

Hon berättar att hon ofta drömmer om sin pappa, och på så sätt kommer han alltid finnas med henne. Hon kan ibland känna en ilska gentemot honom, att han gav upp, att han inte slutade dricka. Och hon tror att hon på något sätt flyttat över den ilskan till hennes mamma istället, och tyckte att mycket av det som hände var hennes fel. Sanna säger att hon idag accepterat det som hänt, och att hon har förlåtit båda föräldrarna.

Emma har sedan många år tillbaka accepterat hennes mammas missbruk, men det är inte förrän på senare år som hon klarat av att förlåta sin mamma. Hennes mamma är idag nykter alkoholist, och det var tiden hennes mamma var nykter som fick henne att tro på att det var möjligt. Emma beskriver att hon har en bra och känslösam relation till båda sina föräldrar, och att de kan prata om det mesta. Hon berättar att hennes mamma är den enda människa som hon inte riktigt kunnat lita på, och att det kändes skönt att veta att hon inte ljög för henne igen.

”Det är skönt att äntligen fått en mamma igen.”

Anne uttrycker en kärlek gentemot sin pappa, och en sorg över att han gått bort. Hon berättar att hon jobbat med sina känslor länge och att hon har försonats med det. Hon är övertygad om att han inte hade överlevt om han inte hade haft sin familj.

”/.../ jag har verkligen förlåtit min pappa, på riktigt.”

6 Analys

I detta kapitel kommer jag försöka mig på att analysera och tolka det resultat som redovisats i kapitlet ovan. Materialet kommer att analyseras utifrån stämplingsteorin och det systemteoretiska perspektivet. Paralleller kommer att dras och jämförelser göras till den ovan

presenterade tidigare forskningen. En del upprepningar från resultatredovisningen kommer göras, för att underlätta för läsaren och göra analysen mer tydlig.

6.1 Bakgrund & Uppväxten

Gemensamt för alla intervjupersonerna är att de alla från början kommer från typiska kärnfamiljer, där de vuxit upp med både mamma och pappa. I två av fallen förändrades deras familjebilder i tonåren då Moas mamma gick bort och Emmas föräldrar separerade. Genomgående i samtliga intervjuer framkommer det att det funnits ett alkoholmissbruk sedan informanternas tidiga åldrar, och därförinnan ett osunt förhållande till just alkohol, från föräldrarnas sida. Både Liv och Sanna beskriver deras uppväxter som bortskämda, där de inte behövde hjälpa till med något i hemmet. Sanna uppvisar även en bild av sig själv som revoltgörare, hon skolkade från skolan och började hänga allt mer i miljöer där det fanns alkohol. Anne beskriver uppväxten som raka motsatsen, där hon från början och som äldst av syskonskaran fick ta på sig mycket ansvar för hushållet. Resterande informanter, Moa och Emma beskriver deras uppväxter som en tid där de inte ville vara hemma, där Moa kände sig ovälkommen på grund av sin styvmoder och styvsyster medan Emma beskriver uppväxten som normal, fram till den period då hon var i 14 års ålder och började märka av hennes mammas drickande. Emma beskriver den tiden som en tid att hålla sig borta, men med ett visst uns av ånger för att hon inte stannade hemma mera och tog mera ansvar för sina småsyskon.

De enskilda familjerna kan här ses som olika sociala system, där familjen fungerar som ett system och där delarna i detta system, alltså familjemedlemmarna, påverkar och påverkas av varandra. För att familjen som ett system ska kunna bibehålla sin naturliga miljö krävs det av familjen att det finns tydliga gränser mellan de olika rollerna inom familjesystemet, där barnen har en roll och där föräldrarna har en annan.⁷¹ I en "normalt" fungerande familj är barnets roll att vara just barn, men i en familj med alkoholmissbruk kan denna roll förändras, och barnet måste kanske då exempelvis ta större ansvar. Gemensamt för alla intervjupersoner så fanns det en mamma, pappa eller styvförälder med i bilden som kunde ta föräldrarollen när den andra föräldern drack. Trots detta så kunde Anne känna att hon fick ta mycket ansvar hemma, att det på något sätt förväntades av henne. Man kan här tydligt se att Anne tog på sig en annan roll, än att vara just bara ett barn. Men här kan även observeras att det inte var hennes alkoholiserade pappas roll som hon intog, utan mer en roll som hjälpreda till sin utsatte moder. Denna typ av konsekvens, skriver Woititz, är vanligt förekommande hos barn som växer upp i en familj med alkoholproblem.⁷² Sanna intog även hon en roll, typisk för barn till alkoholmissbrukare. Hon kan tillskrivas rollen som problembarnet, eller med andra ord "symptombäraren". Sannas beteende kan tolkas som en protest, att hon inte trivdes med hur saker och ting var hemma. Framförallt hennes ogillande gentemot hennes pappas drickande men också föräldrarnas bråk. Hon uppvisade symptom av att någonting inte stod rätt till hemma.⁷³

6.2 Upplevelsen

⁷¹ Oscar Öqvist, *Systemteori i praktiken* (Stockholm: Gothia, 2008), 14.

⁷² Janet Geringer Woititz, *Vuxna barn till alkoholister*. (Södertälje: Larsons förlag, 2002), 25-26.

⁷³ Ibid. 25-26.

Majoriteten av informanterna beskriver de första minnena eller uppfattningen om att något inte stod rätt till vid 8-9 års ålder. Emma uppfattade inte att hennes mammas drickande började arta sig i ett alkoholmissbruk förrän hon var 14 år, och Anne som har starka minnen redan från 4 års ålder.

Woititz antyder i sin studie att det snarare ligger i hur ett barn reagerar på en upplevelse, än på själva upplevelsen i sig.⁷⁴ Gemensamt för nästan samtliga är en känsla av skam eller pinsamhet över situationen och samtidigt en känsla av kluvenhet. Denna kluvenhet återfinns även hos Woititz informanter, känslan av att vilja fly och hålla sig borta, men samtidigt stanna kvar, antingen på grund av en oro för föräldern eller för syskon.⁷⁵ Sannas och Emmas kluvenhet yttrade sig främst i känslan av att vilja fly hemmet, men att det samtidigt fanns en oro för antingen den missbrukande föräldern eller småsyskon. Woititz beskriver även en annan känsla av kluvenhet, där hennes informanter kunde känna sig fångade i en fälla.⁷⁶ Annes situation tolkar jag mer som känslan av tvång eller förväntningar om att finnas där för resten av familjen, samtidigt som hon ibland bara ville fly. Moa kunde istället känna sig arg och besviken, men ville inte överge honom, speciellt efter att hennes mamma hade gått bort. Utifrån Germain och Gittermans livsmodell så uppmärksammas just människors ömsesidiga beroende av varandra och dess relation, och i Moas fall så kan just detta ha spelat in, och hennes vilja att inte överge sin pappa kan tolkas som hennes, men även pappans beroende av det familjesystem som fanns kvar.⁷⁷ Emmas beteende kan tolkas som motsatsen och där hennes enda medel för att "överleva" var att hålla sig undan, och istället för att som i ett slutet system som avskärmar sig från omgivningen,⁷⁸ så kan Emmas beteende tolkas som så att hon istället avskärmade sig från sitt egna familjesystem.

I Bengtson och Gavelins studie framkom det att många av barnen kunde uppleva ett obehag av att deras förälder förvandlades till något annat än just deras förälder i berusat tillstånd.⁷⁹ Samtliga av mina informanter pratade om deras förälder som antingen nykter och onykter. Liv beskrev sin pappa som två olika personer. Gemensamt för både Liv, Moa, Emma och Anne var att de pratade gott om sin missbrukande förälder som nykter och fri från alkohol, och att det från fem samtliga informanter fanns en önskan om att mamma eller pappa skulle sluta dricka. Emma beskrev att det skulle bli så mycket enklare, utan massa bråk och misstro. Tidigare studier visar att just bråken som alkoholen leder till kunde upplevas som något värre än just missbruket, vilket jag kan känna igen hos vissa av informanterna, dels hos Anne, men även hos Sanna. I Sannas fall var det just bråken mellan hennes föräldrar som var jobbigare att hantera, än att hennes pappa var full. Hon beskrev att hon kunde vara arg på sin mamma istället, för att hon hotade med att lämna hennes missbrukande pappa, vilket ledde till att hon fick försöka medla mellan mamma och pappa, precis som hos informanterna i Woititz studier.⁸⁰ Som jag nämnde ovan så var även skammen en dominerande känsla hos majoriteten av informanterna. Moa kunde uppleva sin pappa som pinsam, Liv skämdes för det som hennes pappa gjorde, Emma vågade inte ta hem vänner på grund av rädslan över hur det skulle se ut och om hennes mamma skulle vara full eller inte och Anne skämdes över att alla

⁷⁴ Ibid. 27.

⁷⁵ Ibid. 28-31.

⁷⁶ Ibid. 28-31.

⁷⁷ Malcolm Payne, "Systemperspektiv och ekologiskt perspektiv" i *Modern teoribildning i socialt arbete* (Stockholm: Natur & Kultur, 2008), 221.

⁷⁸ Oscar Öqvist, *Systemteori i praktiken* (Stockholm: Gothia, 2008), 49-55.

⁷⁹ Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin, *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 53.

⁸⁰ Janet Geringer Woititz, *Vuxna barn till alkoholister*. (Södertälje: Larsons förlag, 2002), 28-29.

visste hur det låg till. Just dessa reaktioner skriver Hansen är typiskt för barn i missbruksfamiljer. Där det finns en tabubelagd stämpel över sig själv, och att växa upp med en förälder som missbrukar och omständigheterna runtomkring som missbruket kan orsaka.⁸¹ En parallell kan dras till Emmas situation, där hon var orolig för hur hemmet skulle se ut, om det kanske skulle vara stökigt eller om det skulle bli tjafs. För att lättare förstå informanternas känsla av skam och pinsamhet, så kan jag dra paralleller till stämplingsteorins filosofi, där vi redan från födseln lär oss, dels av familjen, men även från omgivningen om de normer som gäller i dagens samhälle.⁸² Mina informanter kan tänkas påverkas av just detta, om hur omgivningen reagerar på deras förälders missbruk och om att det i många situationer kan upplevas som någonting annorlunda och fel. Det kan tänkas att mina informanter hade en rädsla för att bli sedda genom sin förälders beteende.

Bengtsson och Gavelins tidigare studier har påvisat barnens tendenser av att ta på sig ansvaret för sin förälders missbruk. Detta kan jag inte känna igen inom min egen studie, där majoriteten av informanterna nämner att de inte känner någon skuld för vad deras förälder gjort eller fortfarande gör. Jag kan dock se att vissa av informanterna tagit till olika typer av strategier för att få mamma eller pappa att sluta dricka, men utan lycka. Jag tolkar detta som att de vuxna barn till alkoholister som jag träffat genom denna studie har kommit ganska långt när det gäller bearbetning och medvetenheten av deras förälders missbruk, vilket Gavelin anser som en möjlighet att försonas med sitt ursprung.⁸³

6.3 Deras hälsa & mående

Gemensamt för alla fem informanter är att uppväxten kantades av perioder med dåligt självförtroende och osäkerhet, för vissa gick det längre än hos andra. Undersökningar visar att barn till missbrukare i större grad riskerar att utveckla olika typer av problem, såsom ångest, dåligt självförtroende och missbruk.⁸⁴ Både Moa och Anne berättar om tiden från barndomen som någonting mörkt och svårt. Moa beskriver sig själv som en mörk och ledsen tjej under uppväxten, där livslusten stundtals försvann, medan Anne upplevde känslor av ensamhet och utanförskap. Gemensamt för de båda var det fruktansvärt dåliga självförtroendet. Även Liv beskriver perioder av sviktande självförtroende och höga krav. Det gick så långt att hon började rasa i vikt, vilket hos Liv utvecklades till en form av mani, något hon kämpar med även idag. Goldberg betonar processens betydelse inom stämplingsprocessen, där man påverkas av de reaktioner som omgivningen bidrar med. Omgivningen kan bestå av föräldrarna och det är bland annat genom dessa man bildar sin egen självbild. Att då växa upp med en missbrukande förälder kan påverka barnets egen självbild.⁸⁵ Detta kan betyda att mina informanter på olika sätt påverkats negativt genom att ha vuxit upp med en missbrukande förälder, och återigen kan ses som symptombärarna av att någonting inte stod rätt till. Stämplingsteorins filosofi behandlar just detta, då samhället har en tendens att stämpla

⁸¹ Frid. A. Hansen, red., "Barns reaktioner på föräldrarnas missbruk" i *Barn i familjer med missbruksproblem*. (Lund: Studentlitteratur, 1995), 43-44.

⁸² Ted Goldberg. *Narkotikan avmystifierad: Ett socialt perspektiv*. (Stockholm: Carlsson Bokförlag, 1993), 131.

⁸³ Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 63-64.

⁸⁴ Ibid. & Olav Mortensen. "Barns reaktioner på föräldrarnas missbruk" i Frid. A. Hansen, red., *Barn i familjer med missbruksproblem*. (Lund: Studentlitteratur, 1995), 35.

⁸⁵ Ted Goldberg. *Narkotikan avmystifierad: Ett socialt perspektiv*. (Stockholm: Carlsson Bokförlag, 1993), 135-136

avvikande beteenden,⁸⁶ i detta fall föräldrarnas missbruk. Barnet blir medveten om att någonting är annorlunda, och om att vara just ett barn till en missbrukare. Livs matproblematik kan eventuellt vara ett tecken på dels hennes låga självförtroende men även hennes höga krav på sig själv. I tonåren så kämpade hon med att försöka få sin pappa att sluta dricka, vilket enligt tidigare studier oftast har visat sig ha en verkningslös påverkan.⁸⁷ Detta vid sidan av hennes dåliga självförtroende och höga krav kan ha fått bågaren att rinna över. I Livs fall så fick hon hjälp och stöd från sin mamma under de svåraste stunderna, vilket kan ha bidragit till återtagandet av kontroll, dels genom stöd och hjälp, men kanske också i och med bekräftelse och uppmärksamhet.

I Annes fall så tror jag inte att det bara var pappans alkoholmissbruk som påverkade hennes mående, utan även hennes astma, som hon själv tror kan ha uppstått på grund av hennes psykiska ohälsa under barndomen. Hon beskriver själv att hennes pappa någon gång kallade henne missfoster, vilket jag, precis som Anne tolkar som osäkerhet hos honom, men vilket kan ha skadat Anne under uppväxten. Detta kan ha bidragit till känslan av utanförskap och värdelöshet, vilket i sin tur raserade hennes egen självbild av henne själv. Jag uppfattar det som så att Annes familjesystem var en aning slutet med låsta mönster, utan någon större kontakt med omvärlden och deras omgivning.⁸⁸ Vilket i sin tur kan leda till vaga möjligheter för Anne att dels söka hjälp från familjen, men även utifrån, speciellt då hon själv fick uppfattningen av att folk runtomkring inte förstod hur det egentligen var.

Sanna och Emma beskriver att det fanns perioder när allting inte stod rätt till och självförtroendet började svikta. Emma berättar dock att hon själv kände av att något var fel och sökte där av samtalsstöd. Desamma gjorde Moa, och just dessa beslut om att skaffa hjälp och stöd kan enligt äldre studier bidra till en medvetenhet och försoning, att kunna säga att ”så här är det”, ”min pappa dricker”; vilket kan hjälpa barnet i senare ålder. Personer som blivit utsatta för den stämpling som uppväxten med en missbrukande förälder kan bidra till i tidig ålder, kan enligt Payne på äldre dar bryta detta genom ömsesidigt stöd.⁸⁹ Här kan jag dra en parallell till både Emma och Moa som beskriver sig själva som två öppna personer med förmågan att lätta på sitt hjärta inför vänner och närstående, vilket även kan bidragit till att det också var just dessa två som sökte professionell hjälp, utanför familjen, och kan ha bidragit till att bryta den onda cirkel som isolering kan leda till.

Enligt systemteorin fungerar familjen som ett socialt system, där de olika familjemedlemmarna påverkar och påverkas av varandra.⁹⁰ Sanna beskrev att hon hade svårt att sätta ord på vad det var som påverkade henne under uppväxten, men att det kan ha haft någonting med hennes pappas drickande att göra. Sanna flydde hemmet tidigt och började umgås med äldre killar och själv ta till alkoholen, precis som sin pappa. Kan intaget av alkohol ha nått att göra med hennes pappas drickande, eller istället på grund av tillgängligheten som hennes äldre umgängeskrets kan bidragit till? Med tanke på att det tidigare framkommit att Sanna tenderade att alltmåra skolka från skolan, så tolkar jag återigen

⁸⁶ Malcolm Payne, ”Socialpsykologi och social konstruktion” i *Modern teoribildning i socialt arbete* (Stockholm: Natur & Kultur, 2008), 248-249.

⁸⁷ Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 54-56.

⁸⁸ Malcolm Payne, ”Systemperspektiv och ekologiskt perspektiv” i *Modern teoribildning i socialt arbete* (Stockholm: Natur & Kultur, 2008), 213-217.

⁸⁹ Malcolm Payne. ”Empowerment och företräddarskap” i *Modern teoribildning i socialt arbete* (Stockholm: Natur & Kultur, 2008), 428.

⁹⁰ Oscar Öqvist, *Systemteori i praktiken* (Stockholm: Gothia, 2008), 14.

hennes utagerande beteende som att något inte stod rätt till, och sannolikt hade något med hennes pappas supande att göra, där hans beteende möjligen påverkade Sannas beteende.

6.4 Deras livssituation idag

Samtliga fem informanter är i dag vuxna och har egna familjer. Jag har fått uppfattningen om att samtliga informanter är nöjda med hur deras liv ser ut idag, vissa mer än andra. Som nämnt ovan så har liknande studier visat att barn som vuxit upp med en missbrukande förälder mår bättre i vuxen ålder då de har blivit medvetna om vad det har varit med om och haft möjlighet att försonats med dess ursprung.⁹¹ Samtliga informanter uttrycker en förståelse och en medvetenhet om vad alkoholmissbruk är för något. Någonting som de utvecklat i senare ålder. Mortensen uppmärksammar den ökade risk som barn till missbrukare ställs inför, och en av dessa ökade risker var utvecklandet av eget missbruk.⁹² Sanna har själv genomgått liknande som hennes pappa en gång i tiden gjorde. Hon tog själv beslutet att sluta dricka för över två år sedan, något som hennes pappa aldrig gjorde. Jag får bilden av att Sanna verkar lite kluven över hela situationen, och att hon mer än de andra hade svårare att prata om hennes pappas missbruk, men även hennes egna. Medan övriga informanter endast behövt försonas med sin förälders missbruk, har Sanna ställts inför något helt annorlunda, och det kan tänkas att hon inte haft samma möjlighet att bearbeta sin pappas missbruk, förrän hon själv kunnat försonas med sitt egna. Möjligheterna kan ha sett annorlunda ut, dels tidsmässigt, men också mentalt. Vilket kan påverkat hennes möjlighet att skaffa en realistisk bild av föräldern och den uppväxt hon faktiskt har haft.⁹³ Sanna lever idag med insikten om att ett alkoholmissbruk kan vara någonting väldigt svårt. Hennes uppväxt har även bidragit till en djupare förståelse för hur människan fungerar. Även Liv är nöjd med sitt liv så som det ser ut idag. Hon har dock haft perioder som varit tuffa, och hon lever ständigt medveten om sin problematik i förhållande till maten, någonting som hon jämför med hennes pappas problematik i förhållande till alkoholen.

Samtliga informanter berättar att deras liv och dess val har påverkats på olika sätt, vissa mer och vissa mindre. Några av de tydligaste valen uppfattar jag hos Anne, där hon själv beslutade i ung ålder att aldrig dricka alkohol, hon håller sig till sådant som hon själv vet att hon klarar av. Hon har även en vilja att hjälpa andra människor och hon sökte länge efter bekräftelse och trygghet, något som även visar sig hos några av de andra informanterna. Vissa av dessa är enligt Woititz typiska karaktärsdrag hos vuxna barn till missbrukare⁹⁴ och tidigare studier visar att många vuxna barn söker sig just till vårdyrken, då de själva har haft svårt, och i vuxen ålder har en medvetenhet och förståelse för att kunna hjälpa andra i likande situationer.⁹⁵ Dock krävs en medvetenhet för att kunna bearbeta sin uppväxt och för att kunna gå vidare och kunna hjälpa andra, något som Anne själv är tacksam över att hon har gjort. Liv säger att hon idag själv kan göra valen att inte närvara vid släktträffar eller bjudningar där det dricks mycket, något hon antagligen inte kunde välja själv som barn. Hon har gjort det valet att aldrig låta hennes barn få uppleva det som hon själv upplevt. Emma tror att hennes uppväxt gjort henne svagare på många punkter, men samtidigt starkare på andra, dels på

⁹¹ Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 63-64.

⁹² Olav Mortensen. "Barns reaktioner på föräldrarnas missbruk" i Frid. A. Hansen, red., *Barn i familjer med missbruksproblem*. (Lund: Studentlitteratur, 1995), 35.

⁹³ Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 59.

⁹⁴ Janet Geringer Woititz. *Vuxna barn till alkoholister*. (Södertälje: Larsons förlag, 2002), 22-23.

⁹⁵ Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 63-64.

grund av hur det hela slutade, att hennes mamma idag lever ett liv som nykter. Hon tror inte att de stora livsvalen påverkats av att ha vuxit upp med en mamma som dricker, i alla fall inte medvetet, men som för många andra barn i missbrukande hem så ville hon fly.⁹⁶ Hon tog chansen när den kom, genom att studera på annan ort och därav flytta och komma ifrån allt. Hon är själv medveten om vad alkoholen kan leda till och tänker efter en gång extra i vissa situationer. Sanna tror sig blivit påverkad av sin uppväxt med en missbrukande pappa, men är osäker på i vilken grad, och som nämnt ovan så kan detta ha att göra med hennes egen problematik, vilket hindrat henne i hennes bearbetning av uppväxten. Hon, precis som andra informanter i denna studie och andra studier försökte ständigt få hennes pappa att sluta dricka. Hon tror själv att valet att skaffa barn i tidig ålder påverkats av uppväxten, då hon ville att hennes pappa skulle ta större ansvar, och vilja vara med sina barnbarn. Detta är som sagt ett typiskt beteende hos individer som vuxit upp med missbruk.⁹⁷ Detta blev ett av Sannas sista försök att få honom att sluta.

Enligt tidigare forskning så karaktäriseras vuxna barn till missbrukare av att ha svårt för nära relationer.⁹⁸ Detta är något jag inte kan bekräfta genom min egen studie, då flertalet av mina informanter inte talar om några sådana svårigheter, varken med familjemedlemmar eller utomstående. Endast Moa nämner en svårighet med tillit och förlåtelse då någon i hennes närhet sårar henne. Hon har idag valt att säga upp bekantskapen med sin styvfamilj, hon väljer bort människor hon inte känner sig kunna lita på. Hon har i mångt och mycket fått klara sig själv under uppväxten, vilket kan vara vanligt för barn i liknande situationer, där barnet får en annan roll än bara barn⁹⁹ och vilket bidragit till att hon idag är mer självständig. Emma säger sig istället känna tvärtom, hon söker sig till relationer, enda sedan hon var liten.

Tre av informanterna beskriver en rädsla över att inte passa in, om att vara annorlunda eller att inte vara omtyckt av omgivningen. Här kan dras en parallell till Woititz studie och de typiska karaktärsdrag som hon funnit typiska för just vuxna barn till missbrukare, där dessa individer har en viss tendens att döma sig själva hårdare än andra, och ständigt söker efter godkännande och bekräftelse.¹⁰⁰ Detta beteende kan kanske lättare förstås med hjälp av stämplingsteorin, där omgivningen tenderar att stämpla avvikande beteenden.¹⁰¹ Något som dessa informanter kan tänkas blivit medvetna om redan i tidig ålder, vilket i vuxen ålder kan föra med sig en rädsla om att åter utsättas för något liknande. Anne beskrev ”anpassa” som sin ledstjärna i livet, hon ville vara som alla andra då det var någonting som hon saknat under barndomen. Idag säger hon att hon vågar vara annorlunda.

6.5 Relationen till den missbrukande föräldern idag

En värdefull starpunkt i bearbetningen av att ha vuxit upp med en missbrukande förälder är medvetenheten.¹⁰² Samtliga informanter säger sig idag ha accepterat och kommit till ro med

⁹⁶ Janet Geringer Woititz. *Vuxna barn till alkoholister*. (Södertälje: Larsons förlag, 2002), 28-31.

⁹⁷ Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 54-56.

⁹⁸ Janet Geringer Woititz. *Vuxna barn till alkoholister*. (Södertälje: Larsons förlag, 2002), 22-23.

⁹⁹ Oscar Öqvist, *Systemteori i praktiken* (Stockholm: Gothia, 2008), 14.

¹⁰⁰ Janet Geringer Woititz. *Vuxna barn till alkoholister*. (Södertälje: Larsons förlag, 2002), 22-23.

¹⁰¹ Malcolm Payne. ”Socialpsykologi och social konstruktion” i *Modern teoribildning i socialt arbete* (Stockholm: Natur & Kultur, 2008), 248-249.

¹⁰² Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 59.

deras förälders missbruk, vissa tidigare än andra. Tre av de fem missbrukande föräldrarna är idag döda.

Moas pappa gick bort för några år sedan och hon beskriver själv att hon kan finna en känsla av ro i detta, samtidigt som hon förklarar att oavsett hans drickande eller inte så älskade hon honom. Dessa känslor skulle kunna kopplas till det ansvar som hon eventuellt kände när han fortfarande levde. Hon berättar att han var väldigt dålig och sjuk på slutet, och som hon beskrev tidigare i studien så var hon den enda han hade efter att hennes mamma gick bort. Hon öppnade sitt hem, både till sin pappa, men även hans pågående missbruk. Det kan tolkas som att gränserna och rollerna inom familjesystemet förändrades ytterligare¹⁰³ och Moa blev den som fick ta på sig rollen med mera ansvar och som omsorgsgivare åt sin far. Tidigare studier styrker detta beteende då många barn till missbrukare tenderar att ta på sig ansvaret för sina missbrukande föräldrar.¹⁰⁴

Annes och Sannas missbrukande pappor har gått bort båda två. Sannas pappa dog till följd av missbruket kort efter att Sanna fick sina två första barn. Hon förklarar att hon länge förnekade hans problematik och det var inte först förrän hon fick barn och hennes pappa blev sjuk som hon började förstå. Hon försökte länge få honom att sluta upp med drickandet, men förgäves. Nu i efterhand, efter att själv ha gått igenom ett alkoholmissbruk under en längre period, så förstår hon att han inte ville sluta. Förståelsen som hon här pratar om tolkar jag som något som kan ha att göra med att de båda satt i liknande situationer, där de gjorde två olika val. Sanna bestämde sig för att hon hade något att leva för, medan hennes pappa gav upp. Jag får uppfattningen av att Sanna verkligen älskade sin pappa, och att missbruket inte var något hinder för detta, då hon själv länge förnekade att det var något problem. Den ilskan som hon kunde känna över det som hänt, överfördes ofta till hennes mamma istället. Hon säger sig själv har förlåtit hennes pappa, men också hennes mamma. Jag kan tolka detta som att hon länge, och även idag till viss grad, anklagade sin mor för mycket av det som hennes pappa gjorde. Detta kan vara en svit av de bråk hon under uppväxten fick bevittna mellan hennes föräldrar, och som enligt henne kunde upplevas som något värre än just missbruket. Där Sanna upplevde en rädsla att familjebilden skulle splittras. Idag drömmer hon ofta om sin pappa, och hon förklarar att han alltid kommer finnas med henne. Även Anne uttrycker en saknad och sorg över att hennes pappa gått bort. Jag får uppfattningen av att Anne under uppväxten starkt påverkats av sin pappas missbruk, och hon förklarar att hon länge fått jobba med sig själv och sina känslor. Idag har hon försonats med det som varit och övertygande förlåtit sin pappa.

Emmas och Livs föräldrar är än idag i livet, dock ser deras relationer till föräldern mycket olik ut. Emmas mamma är idag nykter alkoholist, vilket Emma idag värdesätter högt och har fört med sig att deras relation på senare år har växt till någonting nyttigt, och där tilliten till hennes mor har kommit tillbaka. Emma har idag accepterat mammans alkoholproblematik och förlåtit henne. Hon beskriver en känsla av att äntligen fått en mamma igen, någonting som hon kan tänkas ha saknat en lång tid, under missbrukets destruktiva år. Familjesystemet verkar återigen ha fått en jämvikt och klara gränser för vad som gäller i en "normal" familj, där mamman är mamman och barnet är det "vuxna barnet".¹⁰⁵ Livs pappa finns även han fortfarande kvar i bilden, dock som två olika personer, enligt henne själv. Han dricker

¹⁰³ Oscar Öqvist, *Systemteori i praktiken* (Stockholm: Gothia, 2008), 14.

¹⁰⁴ Janet Geringer Woititz. *Vuxna barn till alkoholister*. (Södertälje: Larsons förlag, 2002), 28-31.

¹⁰⁵ Oscar Öqvist, *Systemteori i praktiken* (Stockholm: Gothia, 2008), 14.

fortfarande, men till en mindre mängd då han är allvarligt sjuk. Hon förklarar att de inte har någon vidare kontakt, och varje träff blir på hans villkor. Även Liv uttrycker en kärlek gentemot sin far, men samtidigt ett hat. Jag tolkar situation som så att hon fortfarande är väldigt osäker och på något sätt distanserat sig från både sin pappa och hans missbruk. Hon har inte kommit lika långt som de övriga informanterna gällande förlåtandet, men som hon uttrycker själv så är det inte något som hon tänker på lika mycket idag som förr. Detta kan ha med hennes eget bildande av familj, och eventuellt accepterandet av att det är så det är, och kommer alltid att vara. Något som Gavelin och Bengtsson förespråkar i deras studier, då detta kan hjälpa Liv acceptera situationen och att gå vidare.¹⁰⁶

7 Avslutande diskussion

Mitt syfte med studien var att undersöka hur dagens vuxna barn upplevt deras uppväxt i en familj med alkoholmissbruk. Jag ville även studera hur dessa personers nuvarande livssituation ser ut, och hur den påverkats av den specifika uppväxten, med en missbrukande förälder.

¹⁰⁶ Anna-Bodil Bengtsson & Ingegerd Gavelin. *Familjer och Missbruk* 3 uppl. (Visby: Books on Demand, 2004), 63-64.

Jag kommer här nedan lyfta fram huvudresultaten genom att besvara uppsatsens frågeställningar, men även diskutera rimligheten av uppsatsens slutsatser.

- Hur upplever intervjupersonerna sin uppväxt med en missbrukande förälder?

Gemensamt för samtliga informanter är att de alla ursprungligen växt upp i typiska kärnfamiljer, med mamma, pappa och syskon. I två av fallen så förändrades familjebilden drastiskt när Moas mamma gick bort, och Emmas föräldrar separerade. Flertalet av informanterna blev varse om att någonting inte stod rätt till vid 8-9 års ålder, med undantag för Emma som först upplevde mammans missbruk i tonåren, och Anne som har starka minnen redan från 4 års ålder. Gemensamt för nästan alla informanter är känslorna av skam och kluvenhet över situationen med en mamma eller pappa som missbrukar. Med hjälp av stämplingsteorins filosofi så kan jag lättare tolka informanternas upplevelser av att känna skam eller pinsamhet, då vi tidigt får lära oss vad som anses som annorlunda och vad som anses som accepterat,¹⁰⁷ och där samhället flitigt stämplar avvikande beteenden.¹⁰⁸ Detta kan säkerligen föra med sig olika typer av känslor, där resultatet om skamkänslor och tankar om att ens förälder är annorlunda än andras föräldrar inte är något egendomligt. Dessa känslor av skam tolkar jag som något omgivningen hjälpt till att påverka genom de normer och regler som råder i dagens samhälle.

I fyra av fallen så framkommer en önskan om att fly eller hålla sig borta, men samtidigt en ambivalens gällande deras frånvaro, några kunde känna oro för föräldern eller syskon, medan den fjärde kände förväntningar på sig om ansvar i hemmet. Även känslor av ensamhet, utanförskap och dåligt självförtroende var typiska bland mina informanter, vilka alla bekräftas genom tidigare studier och kan ses som typiska hos barn till föräldrar med alkoholmissbruk. Dock säger sig flertalet av mina informanter inte upplevt, inte heller idag upplever, känslor av skuld över deras mammas eller pappas drickande. Detta resultat motsäger det som framkommer i den tidigare forskning som jag studerat, där barnen påvisat tendenser av att ta på sig ansvaret för sin förälders missbruk. Jag är dock medveten om att resultatet kanske hade sett annorlunda ut om jag istället träffat andra informanter som inte redan vid tidig ålder haft möjlighet att bearbeta situationen och där det kanske inte hade funnits en nykter mamma, pappa eller styvförälder med i bilden som kunde hålla ställningarna.

Jag tolkar ett missbruk som någonting som kan uppkomma i en persons liv på grund av många olika anledningar, till exempel på grund av psykisk ohälsa, där den egna självkänslan når botten. Att då som barn, växa upp tillsammans med den person som mår dåligt, kan eventuellt till stor grad påverka barnet negativt. Sannas utagerande beteende kan möjligtvis förklaras med hjälp av systemteorin där de olika familjemedlemmarna i ett socialt system tenderar att påverka och påverkas av varandra, eller möjligtvis som en protest. Det visade sig att Sanna i vuxen ålder själv utvecklade ett alkoholmissbruk. Då mitt syfte var att undersöka hur informanterna upplevt och påverkats av att ha vuxit upp med en missbrukande förälder, och inte hur det kommer sig att vuxna barn till missbrukare agerar som de gör; så har jag inte heller vidare undersökt tidigare studier angående deras agerande, och orsaker. Men i Sannas fall så kan det tänkas ha att göra med hennes egen bearbetning av uppväxten, där det länge

¹⁰⁷ Ted Goldberg. *Narkotikan avmystifierad: Ett socialt perspektiv*. (Stockholm: Carlsson Bokförlag, 1993), 131.

¹⁰⁸ Malcolm Payne. "Socialpsykologi och social konstruktion" i *Modern teoribildning i socialt arbete* (Stockholm: Natur & Kultur, 2008), 248-249.

fanns en förnekelse gentemot hennes pappas drickande, men även hennes tidiga introduktion till alkohol och dess brukande. Jag kan sträcka mig ännu längre i spekulationerna, om att det delvis kan vara genetiskt, men också ett symptom av att växa upp med en missbrukande förälder.

Samtliga upplevelser går att styrkas eller kopplas till den tidigare forskning som jag fann inför studien, vilket gör att jag lättare kan bekräfta och normalisera de beteenden och upplevelser som samtliga av mina informanter beskrivit. De ovan beskrivna upplevelserna kan enligt mig vara just typiska och i viss grad kännas igen hos vuxna barn till missbrukare. Och precis som Janet Geringer Woititz¹⁰⁹ skriver i sin studie, så tror jag att mycket av det som dessa barn upplevt kan kopplas samman, men att det specifika är istället hur barnen reagerar på upplevelserna, än själva upplevelsen i sig.

- Har dina egna livsval påverkats av att växa upp i en familj med alkoholmissbruk?

Alla fem informanter är idag vuxna individer, alla med en känsla av ro i hur deras liv idag ser ut, och har själva påbörjat bildandet av egna familjer. Samtliga informanter berättade att deras liv och dess val påverkats på olika sätt och i olika grader. Anne lever idag, och har alltid gjort, sitt liv som absolutist, dvs. helt utan alkohol i sitt liv. Jag har inte funnit detta beteende som typiskt hos andra vuxna barn till alkoholister och det är svårt för mig att spekulera i varför detta kommer sig. Att just Anne valde att leva nyktert kan eventuellt ha att göra med hennes upplevelser från barndomen, då hon är en av mina informanter som tycks haft starkast upplevelser och tydligast minnen från denna tid.

Liv har även hon gjort valet att aldrig låta hennes barn få uppleva det hon själv fått uppleva under barndomen. Men trots detta har hon inte uteslutit alkohol totalt ur hennes liv, utan kan dricka någongång ibland, främst vid festtillfällen. Gemensamt för Moa, Liv och Emma är att de är dem bland mina informanter som idag valt att inte utesluta alkohol, men klargör att det dock finns en medvetenhet om vad alkoholen kan resultera i och är försiktiga. Denna medvetenhet som dessa tjejer säger sig ha, kan möjligtvis vara just den som Sanna, som ung vuxen, inte hade, vilket resulterade i att hon själv hamnade i hennes pappas sits.

Emma säger sig tro att de stora livsvalen, såsom att skaffa barn, inte påverkats av hennes uppväxt, men ett medvetet val hon tog var då hon flyttade iväg för att studera på universitetet, för att komma bort från allting.

Sanna är osäker på till vilken grad hennes uppväxt påverkat henne, men hon tror själv att hennes beslut om att skaffa barn tidigt har med hennes pappas alkoholmissbruk att göra, i försök att få honom att sluta dricka och ta ansvar.

Moa förklarar att hon idag har svårigheter med tillit till människor, och svårigheter att förlåta när någon en gång sårat henne. Enligt tidigare studier så karaktäriseras vuxna barn till missbrukare av att ha vissa problem med nära relationer.¹¹⁰ Detta påstående har jag svårt att bekräfta i relation till min egen studie, då det bara framkommer att Moa nämner detta hinder.

¹⁰⁹ Janet Geringer Woititz. *Vuxna barn till alkoholister*. (Södertälje: Larsons förlag, 2002), 27.

¹¹⁰ Ibid. 22-23.

Både Emma och Moa beskriver sig själva som öppna personer, med förmågan att kunna lätta på sitt hjärta inför vänner och närstående, medan Anne och Sanna levde i en tystnad och ensamhet gällande deras känslor. Att Emma och Moa från tidig ålder var benägna att öppna sig inför andra människor, kan också bidragit till att de var just dessa två som sökt professionell hjälp. Något som även Anne valde att göra i vuxen ålder.

Woititz nämnde 13 karaktärsdrag typiska hos just dessa personer.¹¹¹ Efter sammanställningen av det insamlade materialet kan jag dra sex av tretton paralleller, från det mina informanter har sagt till de karaktärsdrag som just Woititz funnit typiska. Vilket betyder att ungefär hälften av dessa verkar passa in hos mina informanternas beteenden, medan hälften av dem inte gör det. Tre av fem informanter beskriver en rädsla över att inte passa in, om att vara annorlunda eller att inte vara omtyckt av omgivningen. Här kan jag dra en parallell till Woititz studie där dessa tankar är utmärkande hos vuxna barn till missbrukare, då dessa individer har en viss tendens att döma själv hårdare än andra, och är i stort behov av bekräftelse från dess omgivning.¹¹²

Det är svårt att generalisera innehållet i denna del då livsvalen endast beskriver specifikt vad de olika individerna beslutat sig för i olika frågor. Dessa val kunde skilja sig stort åt och jag tror att detta kan ha någonting med hur pass starkt personen påverkats av uppväxten eller föräldern som onykter. Men även beroende på hur gamla informanterna är idag, där ålderskillnaden måste räknas in vid tolkningen av resultatet.

Däremot kan vissa beteenden, såsom trygghetssökandet och anpassningsbarheten, som påverkat personen i fråga att bete sig speciellt i vissa situationer möjligen karaktäriseras av att vara representativa hos en individ med de erfarenheter som dessa individer innehar.

- Hur ser relationen ut till den missbrukande föräldern idag?

Idag säger samtliga av mina informanter att de accepterat och kommit till ro med deras förälders missbruk, dock kunde jag märka av skillnader, där vissa gjort detta tidigare än andra. Sannas, Annes och Moas pappor har idag gått bort. Sannas pappa dog till följd av missbruket, och hon säger själv att hon länge förnekade hans problematik. Det var först då hennes pappa blev sjuk som hon förstod och försökte få honom att sluta. Hon har förlåtit honom för det han gjort, men kan även känna ilska över att han gav upp, och inte lyssnade på henne. Hon skyllde länge sin mor för det som hände, och frågan är om det kan ha någonting med hennes egna missbruk att göra, att på något sätt skydda sig själv och sitt eget beteende genom att skydda sin fars. Jag fick uppfattningen av att Sanna verkligen älskade sin pappa och tog hans missbruk och död hårt. Anne har även hon förlåtit sin pappa för allt han gjort och sagt under hennes uppväxt. Hon säger sig kunna förstå varför han gjorde som han gjorde, och att mycket av det kunde berott på osäkerhet. Anne är en av de informanter som tycks ha kommit längst i bearbetningen av uppväxten och sorgen efter att ha förlorat sin far till missbruket. Moa förklarar att hon älskade sin pappa oavsett hans drickande eller inte, men att hon på något sätt kunde känna en ro i att han gick bort. Detta kan möjligtvis kopplas till det ansvar hon kände för sin far när han sökte hjälp hos henne, och kan vara en konsekvens av

¹¹¹ Ibid. 22-23.

¹¹² Ibid. 22-23.

just detta. Precis som tidigare studier¹¹³ visar så kan detta grunda sig i känslan av att vara fången, och när han gick bort, en känsla av ro, från missbruket, men en saknad av sin pappa.

Liv och Emma har fortfarande idag kontakt med sin förälder. Livs pappa är fortfarande aktiv missbrukare, men sjuk, vilket förändrat honom. Hon beskriver att hon inte har någon vidare bra kontakt med sin far, och inte har haft på flera år. Han kommer någon gång ibland och hälsar på, men att det alltid sker på hans villkor. Liv är medveten om vad hon har gått igenom, men har svårt att helt förlåta honom för hans missbruk. Hon förklarar att samtidigt som hon ser på honom som två personer, så har hon även två olika typer av känslor gentemot honom, dels kärlek, men även hat. Emma har idag en bra relation till sin mamma, något hon värdesätter högt. Efter att hennes mamma tog beslutet att sluta dricka så har hon förlåtit henne och beskriver känslan av att ha fått en mamma igen. Någonting som hon saknat i flera år. Precis som de tidigare studierna visar så får jag uppfattningen av att den egna bearbetningen och acceptansen över det som hänt är nödvändigt för att kunna försonas med den uppväxt man upplevt, och vad den kan tänkas ha orsakats med en missbrukande förälder.

Slutredovisningen av resultatet i denna och sista delen skiljer sig brett åt, och informanternas relation till den missbrukande föräldern har eller är alla olik varandra. Detta kan ha att göra med informanternas skilda ålderskillnad, vilket naturligt för med sig att människor i ens omgivning försvinner. Detta kan möjligtvis även påverka informanternas villighet att förlåta föräldern, något som kanske är lättare att komma till ro med efter att föräldern, eller själva missbruket är borta.

8 Referenser

Böcker:

¹¹³ Ibid. 28-31.

Backman, Jarl (2008). *Rapporter och uppsatser* (2 uppl.). Lund: Studentlitteratur.

Bengtsson, Anna-Bodil & Gavelin. Ingegerd (2004). *Familjer och Missbruk* (3 uppl.). Visby: Books on Demand.

Goldberg, Ted (2000). *Narkotikan avmystifierad: ett psykosocialt perspektiv*. Stockholm: Carlssons

Hansen, Frid, A. (red.). (1995). *Barn i familjer med missbruksproblem*. Lund: Studentlitteratur.

Kvale, Steinar (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.

Payne, Malcolm (2008). "Systemperspektiv och ekologiskt perspektiv" i *Modern teoribildning i socialt arbete* (2 sv. uppl.). Stockholm: Natur & Kultur.

Thomassen, Magdalene (2007). *Vetenskap, kunskap och praxis: introduktion till vetenskapsfilosofi*. Malmö: Gleerups Utbildning.

Widerberg, Karin (2002) *Kvalitativ forskning i praktiken*. Lund: Studentlitteratur.

Woititz, Janet Geringer (2002). *Vuxna barn till alkoholister*. Södertälje: Larsons förlag.

Öqvist, Oscar (2008). *Systemteori i praktiken*. Stockholm: Gothia.

Internetkällor:

Socialstyrelsen. SOU.se. *Individ och familjeomsorg, lägesrapport 2008*. Hämtad 17 april 2009 från: http://www.socialstyrelsen.se/NR/rdonlyres/36FFE2BD-9347-4914-901A-91070F629234/13628/200912645_rev2.pdf

Vetenskapsrådet. (u.å.). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Hämtad 6 april 2009 från: <http://www.vr.se/download/18.668745410b37070528800029/HS%5B1%5D.pdf>

Lexikon & Internet:

Alkoholmissbruk. (u.å.). *Nationalencyklopedin*. Hämtad 6 april 2009 från: <http://www.ne.se.ezproxy.ub.gu.se/1%C3%A5ng/alkoholmissbruk>

Atomism. (u.å.). *Nationalencyklopedin*. Hämtad 6 april 2009 från: <http://www.ne.se.ezproxy.ub.gu.se/1%C3%A5ng/atomism>

Holistiskt. (u.å.). *Nationalencyklopedin*. Hämtad 6 april 2009 från: <http://www.ne.se.ezproxy.ub.gu.se/1%C3%A5ng/holism>

Psykosomatisk sjukdom. (u.å.). *Nationalencyklopedin*. Hämtad 19 april 2009 från:
<http://www.ne.se/kort/psykosomatisksjukdom>

Uppsatser:

Erika Masson & Åsa Magnusson. *Sysselsättning och livsvillkor för arbetslösa ungdomar med försörjningsstöd*. B-uppsats, VT-07.

9.1 Bilaga 1

Informationsmail till informanterna

Forskningsetiska principer

inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning

Informationskravet:

Detta är ett första utkast av syfte och frågeställningar:

Syftet med min studie är att försöka belysa hur dagens vuxna barn upplevt deras uppväxt i en familj med alkoholmissbruk. Jag vill även studera hur dessa personers nuvarande livssituation ser ut och hur denna har påverkats av den specifika uppväxten, med en missbrukande förälder.

- Hur upplever intervjupersonerna att deras uppväxt har påverkats av att ha vuxit upp med en missbrukande förälder?
- Har dina egna livsval påverkats av att växa upp i en familj med alkoholmissbruk?

Deltagandet är frivilligt och du har när som helst möjlighet att avbryta din medverkan. De uppgifter som lämnas kommer inte användas för något annat syfte än för just denna forskningsstudie. Resultaten av studien kommer att redovisas i c-uppsatsen och denna kommer att vara offentlig för alla på internet.

Samtyckeskravet:

Du som medverkar i studien har rätt att självständigt bestämma om, hur länge och på vilka villkor du skall delta. Du kan avbryta din medverkan utan att detta medför negativa följder för dig, antingen under intervjun eller under studiens gång.

Konfidentialitetskravet:

Alla uppgifter som ges under studien kommer att hanteras med största konfidentialitet och kommer hanteras på ett sådant sätt att obehöriga ej kommer kunna ta del av dem. Åtgärder kommer att vidtas för att så stort som möjligt avidentifiera de intervjuade, så att andra läsare ej skall kunna identifiera enskilda individer.

Nyttjandekravet:

De uppgifter och de material som jag samlar in om enskilda personer under denna studie, får endast användas för forskningsändamål och inget annat.

Tack för din medverkan!

9.2 Bilaga 2

Intervjuguide

Bakgrund

Deras berättelse:

Ålder?

Kön?

Etnicitet?

Hur ser din familjesituation ut/civilstånd?

Boende?

Hur såg din ursprungsfamilj ut när du växte upp?

Sysselsättning?

Din uppväxt & dina upplevelser

Hur gammal var du när din förälder först hamnade i ett alkoholmissbruk?

Minns du av din mammas/pappas missbruk?

Hur upplevde du din förälders missbruk?

Hur såg din vardag ut?

Hur såg din roll ut hemma?

Hade du några kompisar? Påverkades dina kompisrelationer av din dåvarande familjesituation?

Hur såg din skolsituation ut? Påverkades skolan eller studierna av din dåvarande familjesituation?

Hade du någon fritidssyssla?

Hade du någon som du kunde prata med eller anförtra dig åt under barndomen? Någon vän, anhörig, professionell, i skolan?

Hur såg din relation ut till den missbrukande föräldern? Hur såg din relation ut till resten av familjen?

Hur såg ni som familj på din mammas/pappas alkoholmissbruk? Pratade ni öppet om det eller var det en familjehemlighet? OM det nu var en familjehemlighet, var det jobbigt att hemlighålla det?

Under din uppväxt, hade du några problem, psykiska eller fysiska (exempelvis psykosomatiska)?

Fick du någon professionell hjälp? Fick din familj någon hjälp?

Om du tänker tillbaka på din uppväxt och din förälders missbruk, kommer du ihåg om du hade något eget "sätt" (coping strategi) som hjälpte dig att försöka hantera den specifika situationen?

Under din uppväxt med din förälders missbruk, levde du någon gång i förnekelse, eller accepterade du din förälders problematik? Eller gjorde du detta först i en senare del av livet?

Din livssituation idag

Hur ser ditt liv ut idag?

Har du påverkats psykiskt av att växa upp i en familj med alkoholmissbruk?

Hur ser du själv på alkoholmissbruk?

Vad är din egen inställning till alkohol?

Hur ser dina alkoholvanor ut?

Hur ser du själv på din relation till alkohol?

(Varför tror du att du själv inte utvecklat något eget alkoholmissbruk?)

Finns det en rädsla hos dig för att utveckla ett missbruk?

Tror du att dina egna val genom livet har påverkats av att ha växt upp med en förälder med alkoholmissbruk?

Upplever du några problem eller svårigheter hos dig som kan bero på din uppväxt med en förälder med alkoholmissbruk? Exempelvis brist på tillit, självförtroende, säga nej osv. (Men)

(Hur ser din relation ut till dina föräldrar/syskon idag?) (Har du accepterat deras missbruk? Förlåtit föräldern?)

De erfarenheter som du innehar genom att ha växt upp i en familj med alkoholmissbruk, använder du dem idag? Exempelvis genom att hjälpa dig själv eller andra?